LEACURI SI RETETE NATURISTE

Accident vascular: (rețeta mânăstirească), rădăcină spânz de mărimea palmei, se toacă, se pun 2 litri de apă călduță, se lasă la căldura camerei la macerat până face floare deasupra, se filtrează. Se înmoaie un tifon pus în 4 în lichid, se pune pe cap, se acoperă cu un fes timp de 1 ora, apoi se usucă părul la aer. Tratamentul se face o dată pe zi timp de 7 zile.

Afte şi abcese; frunze de morcov 100 g. Într-un litru de apă se fierb şi se face gargară pentru a cicatriza.

Artrită temporo-mandibulară; amestec de ceaiuri de coada calului, mesteacăn, soc, urzică, lemn dulce, dietă, reflexoterapie, acupunctură

Arteroscleroză, fragilitate vasculară; pulbere de cătină 1 linguriță de 4 ori/zi, pe stomacul gol, ajută la elasticitatea şi integrității vasculare. Efecte miraculoase se obțin cu ajutorul amestecului format din, 1 linguriță pulbere de cătină, una de polen şi una de miere, 4 lingurițe/zi, timp de 2 luni. S-au recuperat destul de repede şi pacienții cu accidente vasculare.(vezi, medicamente…)
Coada calului, 3 – 4 lingurițe pulbere/zi, cu vârsta cantitatea de siliciu scade din organism, determinând rigidizarea si scleroza vaselor de sânge, planta conține cea mai mare cantitate de siliciu solubil, în cure de 2 – 3 luni.

Astenia, oboseala; tinctură de smirnă 20 – 30 pic, diluate în puțină apă, de 4 – 6 ori/zi. Efect înviorător puternic, stimulând circulația cerebrală, favorizând activitatea intelectuală. Se va folosi numai smirna procurată din farmaciile şi magazinele naturiste.
Macerat de isop, (1 linguriță plantă într-un pahar de apă, la tremperatura camerei, se macerează de seara până dimineața) ½ litru îndulcit cu miere. Tratamentul durează 21 zile. Cu acțiune tonica asupra psihicului, favorizează concentrarea şi alungă gândurile negre.
Ulei de somon (omega 3), reduce nivelul colesterolului, fluidifică sângele, reglează tensiunea, ajută inima să funcționeze normal. Ceai de sunătoare şi tei îndulcit cu miere, ajută pentru un somn liniştit.

Blefarită, conjuctivită; se pun pe ochi comprese cu suc din frunze de pătrunjel, se țin 20 – 30 min.. Tratamentul se face 7 zile.

Căderea părului ; 1 lingură gaz lampant, 1 lingură oțet de mere, 1 ou, 1 căpățână usturoi pisat, se amestecă, se face părul cărări şi se unge. Se lasă să acționeze 3 ore, apoi se spală cu şampon. Tratamentul se face o data pe săptămână.
Cura cu oțet de lavandă (10 linguri de plantă mărunțită cu ½ litru de oțet, se macerează 10 zile la temperatura camerei), se masează la rădăcina părului.
Rădăcină de brusture pusă la macerat cu alcool, timp de 10 zile, se masează capul uşor, zilnic timp de o lună
Amestec de ceapă cu miere, la 4 părți de pastă de ceapă crudă se adaugă 1 parte de miere. Se întinde amestecul pe cap, se lasă timp de 1 oră, apoi se spală capul cu apă călduță. Dacă părul este uscat, se poate pune în amestec puțin ulei de măsline.
Amestec de suc de castraveți cu miere, previne căderea părului şi contribuie la scăderea colesterolului. 1 pahar de suc de castraveți cu 1 lingură de miere se ia pe stomacul gol dimineața şi seara înainte de culcare.
Şampon cu miere, 30 g. flori de muşețel puse în 100 ml. apă fierbinte, se infuzează 1 oră, se strecoară şi se adaugă 1 linguriță de miere, părul se umezeşte cu această 9infuzie, după 30 - 40 min. se limpezeşte cu apă călduță, se repetă la 10 zile.
200 ml. gaz lampant, 4 ouă, 200 ml. alcool 90, 200 ml. ulei de ricin, 200 g. usturoi pisat, vitamina B6 4 fiole de 5 ml, 4 linguri sare de mare. Se pun la macerat, timp de 2 săptămâni. Preparatul se foloseşte de 2 ori/săpt., se frecționează părul la rădăcină şi după 4 – 5 ore se clăteşte cu ceai de rădăcină de brusture sau urzică.

Cataractă; 1 picătură miere încălzită puțin, se unge pleoapa de sus apoi se clipeşte, ustură puțin.
Brocoli, conține săruri minerale, fosfor, calciu, fier, potasiu, vitamine A şi C, care au efect antioxidant.

Se foloseşte sub formă de suc, sau salata crudă cu zeamă de lămâie.

Cearcăne, vase de sânge sparte pe faţă; alimentaţie greşită sau o afecţiune hepatică. Începutul de varice, evidenţiază lipsa de elasticitate a vaselor. Dietă fără coloranţi, arome, conservanţi, carne de porc, tutun, alcool şi cafea. Se ia echinaceea, anghinare şi preparate cu Aloe Vera, capsule cu ulei de peşte, care reglează secreţiile hormonale. Pe faţă se unge cu unguent de gălbenele sau ulei de măsline.

Cancer de limbă; (vezi cancer esofagian)
Sau pulbere de cătină ½ - 1 linguriţă înainte de masă, măreşte apetitul, stimulează puterea de apărare a organismului. (vezi, medicamente..)

Candidoză linguală; se badijonează limba cu o soluţie de 50 g. glicerină simplă, 3 tb stamicină, 2 fiole vitamina 12, de 3 - 4 ori/zi. Şi gargară de 3 ori/zi, cu o soluţie din 1 linguriţă de bicarbonat de sodiu, într-un pahar de apă, pentru schimbarea ph-ului.
Ceai de muguri de plop, spălăţuri bucale, tamponarea limbii cu soluţie de propolis sau se sug tablete Proposept.

Conjunctivită; se pune pe ochi comprese cu infuzie din petale de trandafir, timp de ½ oră. Este şi un excelent tratament cosmetic, pentru combaterea cearcănelor şi a ridurilor.

Depresia, anxietatea, stresul; tratament cu lavandă tinctură (într-un borcan se pune ¾ plantă, se completează cu alcool de 70, se lasă la macerat 14 zile, agitând din când în când borcanul) 1 linguriţă la ½ pahar de apă de 3 - 4 ori/zi, pe stomacul gol, timp de 3 luni.
Sunătoarea este considerată remediul clasic antidepresiv, redând buna dispoziţie şi alungând gândurile rele , efectul ei este egal cu antidepresivele de sinteză. Mod de folosire 1 linguriţă de plantă la 1 cană de apă clocotită, de 3 ori/zi.
Ginsengul ameliorează stările de oboseală şi de stres, urmând o cură de 6 - 8 săptămâni. Planta conţine vitamina B1, B2 şi estrogen producând o stare de calm.
Valeriana conţine substanţe active extrase din rădăcină, care linişteşc nervii şi relaxează. Efectul calmant şi somnifer vine din uleiurile eterice. Se găseşte sub formă de tinctură, ceai, drajeuri.
Medicamente cu csubstanţe active 100% naturale, Rhodiolin (Rhodiola Roseea) şi Noni lichid (morinda citrifolia), se va vindeca sistemul nervos şi inunitar, Strong Bones 2 capsule/zi cu 30 min. înainte de masă.
Macerat rece din petale de trandafir, de 3 ori/zi, căte o cană, timp de o lună.

Durere de cap, lovituri, vase sparte, cheaguri : miere si tămâie pisată în parţi egale se unge capul despărţind părul în cărări. Se lasă să se usuce mierea, apoi se spălă cu apă călduţă.
Cura cu lavandă ulei (se obţine numai industrial, se găseşte în magazinele naturiste), 1- 2 pic, cu puţină miere. Ca tratament îndelungat se recomandă pulberea de lavandă (vezi ficat, dischinezie biliară), 1 linguriţă de 3 - 4 ori/zi, pe stomacul gol
Uleiul de lavanda obţinut prin macerare în ulei de măsline, (nu este toxic), se foloseşte 1 a masarea tâmplei, frunţii şi gâtului, îndepărtează cu uşurinţă durerea de cap.
Mestecarea câtorva tulpini de mărar verzi combate durerea de cap, astenia şi stresul.

Dureri de cap, febră; tinctură muguri de plop negru, 50 pic. de 3 ori/zi

Dureri de dinţi; pe dintele dureros, se pune un tampon de vată îmbibat cu suc de ceapă.

Fotofobia; simptom care ţine de patologia ficatului, masaţi-vă la ceafă, la baza craniului şi punctele de la mâini şi picioare pe meridianul intestinului gros, plămân şi ficat.

Gripa, guturai; tinctură muguri plop negru in alcool 90 timp de 10 - 12 zile - macerat, 50 - 100 pic. de 4 ori /zi, **nu se iau cu apă, se depreciază**, se iau pe pâine sau zahăr.
Untul de lămâie, 1 lămâie se pune în apă fierbinte 1 min., se toacă prin maşina de tocat împreună cu coaja, se amestecă cu 100 g. unt, se adaugă 1 - 2 linguri de miere, se foloseşte în cantităţi mari în timpul epidemiilor de gripă.
Guturai, sensibilitate la răceli; sirop de cătină, (vezi, medicamente…) se iau preventiv 5 - 6

lingurițe/zi, pe stomacul gol, timp de minimum 3 săptămâni.
În cazul în care afecțiunea este declanşată, se iau 10 - 12 lingurițe/zi, pentru a ajuta organismul să se apere.
Picurați în fiecare nară o picătură de ulei de mentă, de 2/zi. In acelaşi timp se unge cu ulei fruntea, tâmplele, urechile, ceafa, părțile exterioare ale nasului. Uleiul de mentă de poate amesteca şi cu camfor.

Gingiile; retracția lor este o manifestare a paradontozei. Se iau 10 tablete de aspirină, se pisează bine, se onține un praf foarte fin, se amestecă cu o linguriță de bicarbonat de sodiu şi una de sare de bucătărie. Cu acest praf, aplicat pe periuța dinți, se fac spălături de 2 – 3 ori/zi. Se sug de 2 – 3 ori/zi tablete de Proposept cu propolis, sau se fac spălături dentare cu tinctură de propolis

Hipoacuzie; deficiențele auzului şi ale urechii, țin de o tulburare a energiei rinichilor cu care te naşti deficitar. Tratament cu reflexoterapie şi acupunctură

Infecție cu stafilococ la ochi; comprese cu vin natural de casă

Insomnia; capsule cu o planta Rhodiola rosea, trandafir sălbatic din Siberia, mai combat nervozitatea de peste zi, depresia,
Amestec din plante uscate, talpa gâştei, flori de păducel, rădăcină de valeriană, în cantități egale. Peste 1 lingură de amestec se pun 200 ml. apă clocotită, se infuzează 1 oră, se bea călduță câte 50 ml. de 4 ori/zi înainte de mesele principale şi înainte de somn
Cura de lavandă tinctură (vezi depresia, cap), 1 linguriță de 3 ori/zi.

Inflamații ale cavității bucale; 1 lingură de frunze mărunțite de salvie, cu 200 ml. apă clocotită, se infuzează 35 min. apoi de face gargară

Insomnia; melatonina este un hormon din corpul uman, secretat în momentul când se întunecă, pregătind organismul pentru odihnă. Când se dereglează metabolismul încep tulburarile de somn, se recomandă bio-melatonina către restabileşte echilibrul, inducând astfel un somn profund şi odihnitor. Este şi un antioxidant protejând celula împotriva radicalilor liberi

Keratită; picături pe bază de aloe stabilizată, de 2 - 3 ori/zi după câteva aplicări înlătură senzațiile neplăcute (înțepături, fotofobia, ochi uscați
Pentru alte afecțiuni ale ochiului.(blefarită, conjunctivită de natură alergică, bacteriană, virotică, micotică, cataractă, glaucom, ochi obosiți) se pot folosi produse naturiste PLANTAVOREL, - Myrtela - fructe de afin - circulația la nivelul retinei - Cevisol - fructe cătină - fructe măceşe - tonic general - iarbă de ochi - boli infecțioase,

Mahmureala; se poate înlătura cu tinctură de mentă, 20 pic. Se pun într-un pahar cu apă rece, se bea toată apa o dată, dispare durerea de cap şi senzația de cap greu.

Masaj extern ureche; 3 pic. lavandă, 3 pic. tei, 6 pic. muşețel, se amestecă şi se masează in jurul urechii.

Memorie; dacă la trezire aveți mâinile şi picioarele reci, este un semn al slabei circulații periferice şi inclusiv a creierului. Pentru ameliorare se ia Ginkgo Biloba, Bilobil. În alimentație se introduc următoarele alimente pentru îmbunătățirea circulației, usturoi (germaniu învioreaza circulația), țelină, ardei iute, hrean, cuişoare, scorțişoară, urzici.
Eficient tratamentul cu ZEICAN, asigură organismului calciu, alimentează sistemul nervos, sporeşte capacitatea intelectuală, frânează îmbătrânirea, conține lecitină.
SUPER SOYA LECITINĂ; îmbunătățeşte activitatea intelectuală, atenția.
MEGA B COMPLEX; efect anti-stres, măreşte puterea de concentrare, stimulează creşterea şi dezvoltarea organismului. Sunt de la California Fitnes.
Lipsa puterii de concentrare este dată de prezența polipilor în mare măsură. Un medic O.R.L. a sfătuit un părinte să nu-şi opereze copilul şi să-i dea 1 aspirină împărțită în 4 astfel, ¼ la ora 19, ¼ la ora 19,15. ¼ la ora 19,30, ¼ la ora 19,45. La ora 20, bea o cană de lapte cald, îndulcit cu miere, timp de 10

zile.

Migrena; cauzele sunt generate de unele alimente. Un regim alimentar ar putea duce la vindecare. Trebuie eliminat consumul de ciocolată, caşcaval, citrice şi cafea. Se reduce cantitativ ouăle, laptele, mezelurile, carnea de porc, dulciurile pe bază de zahăr, peştele şi conservele din peşte, produsele conservate prin sărare excesivă, berea, cola, zmeura, grâul, porumbul, mazărea, ciupercile, nucile. Pentru găsirea vinovatului, ar trebui excluse pe rând din dietă. Dacă nu se mai declanşează nici o criză în perioada de abstinență, produsul incriminat se introduce în dietă, pentru o scurtă perioadă în alimentația zilnică, reapariția unei noi crize confirmând rolul nefast al acestuia. Alte alimente se recomandă a fi consumate sub forma unor mese mici şi numeroase; cereale, pâine prăjită, unt sau margarină, biscuiți, ceai, iaurt, orez, paste făinoase, cartofi, salată, legume (varză, mărar, fasole verde, ridichi), vin alb, brânză de vaci, sau telemea, mere, cireşe, produse apicole, care să înlocuiască zahărul. De asemenea sunt necesare suplimente nutritive bogate în vitaminele B2, B6, şi E, săruri de magneziu, calciu şi zinc.

Otita; se pune în ureche un tampon îmbibat cu 10 - 15 pic. de propolis, soluție alcoolică de 5 - 7 %, de 2 ori/zi. Boala este cauzată de o disfuncție a rinichiului şi a vezicii biliare. Se consumă ceaiuri de gălbenele, lemn dulce şi păpădie. Alimentația cu cât mai multe legume, fructe, suc de morcovi, țelină, usturoi, ceapă şi cât mai puțină carne.
Bronhoron; vezi infecțiile respiratorii.
Inflamația urechii medii sau otita acută se întâlneşte la copii, este o infecție în urechea medie provocată de răceală. gripă, scarlatină puroiul şi scade auzul.
Tratament, se pun în ureche picături în amestec în părți egale de tinctură de propolis cu miere, 2 pic. în ambele urechi 1 dată/zi seara. Se mai poate pune miere caldă de 2 - 3 pic., o dată /zi seara. Pentru a scăpa de durere se introduce în ureche o frunză proaspătă de muşcată, care va calma durerea şi înlătură inflamația
O dată pe zi se pune în ureche 1 - 2 pic. zeamă de lămâie.

Paradontoza; plante cu acțiune antiseptică, antiinflamatorie, anticicatrizantă. Spălături bucale cu ceai de muşețel concentrat, 3 linguri la o cană de apă, de 3 – 4 ori/zi. Sau ceai de salvie, 2 lingurițe la 100 ml. de apă. Sunătoarea calmează durerile dentare, 2 linguri la 200 ml. apă, de 4 – 5 ori/zi. Masarea gingiilor grăbeşte vindecarea îmbunătățind circulația sângelui. Se face direct cu degetul pe gingie, sau din exterior, prin obraji.
Esențial este o dietă săracă în zahăr rafinat şi bogată în fibre. Importante sunt vitaminele A, C şi E, zincul, flavonidele prezente mai ales în ceapa proaspătă.

Scăderea vederii; frunze uscate şi fructe de corn, se pun în apă clocotită, se lasă 2 min. la fiert, se acoperă vasul şi se lasă la răcit. La 100 ml. apă 1 lingură de plante. Seara înainte de culcare se picură în ochi câte 2 - 3 pic., apoi se pune un tifon steril umed peste pleoape. Se aplică alternativ 3 seri da, 3 seri nu.

Schizofrenia ; macerat rece de isop (1 linguriță plantă într-un pahar cu apă, la temperatura camerei, de seara până dimineața) 2 – 3 pahare/zi timp de 2 săptămâni, cu una de pauză. Tămăduieşte sau alină bolile sufletului, chemând ajutorul îngerilor ți pe Dumnezeu.

Scleroza; sucul de la o ½ lămâie, 1/2 pahar de apă fierbinte, 1 linguriță de miere, se bea acest amestec seara, înainte de culcare.

Sinuzită; ca remediu intern se recomandă sucul de ceapă, decoct din frunze de eucalipt, cât mai mult ceai de cimbru, de muşețel, sau salcie.
Bronhoron; vezi infecțiile respiratorii.

Sindrom vestibular drept necompensat; se badijonează urechea cu vată îmbibată în unguent de tătănească, chiar introdus şi în conductul auditiv, pusațiile neplăcute şi durerea au dispărut.

Vârtej în urechi; ceai de vâsc, 1 linguriță la 250 ml. apă se la să la macerat de seara până dimineața, apoi se încălzeşte uşor şi se bea pe stomacul gol, înghițitură cu înghițitură, cura se începe cu 3 ceşti/zi,

timp de 3 săptămâni, apoi se beau 2 ceşti/zi seara şi dimineaţa timp de 2 săptămână, apoi se continuă cu 1 ceaşcă/zi toată viaţa.

GÂT

Amigdalite, ganglioni inflamaţi: lichen de piatră cu rădăcină de brusture şi echinaceea pulbere in parţi egale 4 linguriţe pe zi.
Gargară cu apă sărată.
Bronhoron; vezi infecţiile respiratorii.

Amigdalita, bronşita; tinctură muguri plop negru, 4 linguriţe cu 4 linguriţe miere, se amestecă, se ia toata ziua câte 1 linguriţă/oră.

Faringită; peste 1 litru de apă clocotită se pune o mână de fructe de afin, se fierbe până scade la jumătate, se clăteşte gura în caz de stomatite sau se face gargară pentru faringite

Glosită cronică; decoct (fierbinte) din rădăcină de tătăneasă bine mărunţită. Se pun 4 - 5 linguri, în 250 ml. apă, se fierb 15 - 20 min. După răcire se clăteşte gura de 3 - 4 ori/zi. Se ia propolis brut se rupe cât un bob de piper şi se înghite seara. Tinctură de propolis 20 - 30% câte 40 pic. de 3 ori/zi, în 100 ml. apă. Se masează sub bărbie cu cremă de Spirulină.

Hipertiroidą; 1 litru de apą, se pune la fiert, în care se adaugą 2 linguri de ovąz boabe macinate cu coaje cu tot, se fierbe timp de 10 min., cu grije są nu dea în foc, apoi se adaugą 2 linguri de drągaicą, se acoperą vasul şi se ia dupą foc, se infuzeazą 20 – 30 min. Toatą cantitatea se bea fracţionatą, în decursul unei zile, dupą mese. Seara se preparą o infuzie4 din talpa gâştii şi sunątoqre, câte o linguriţą din fiecare plantą la 300 ml. apą, care se bea cu 1 orą înainte de culcare. Tratamentul durezą 6 sąptąmâni, urmat de o pauzą de 2 sąptąmâni. In funcţie de rezultatul analizelor, se poate repeta tratamentul de câteva ori. Se va consuma cât mai mult usturoi. In acest timp vor apare unele efecte benefice ca, stabilizarea tensiunii arterilae, reglarea funcţiei rinichilor, eliminarea stresului şi a insomniei, o stare generalą buną, determinatą de eliminarea roxinelor.

Hipotiroida; ovăzul este un stimulent al tiroidei, fulgii de ovăz vor fi introduşi pentru mult timp în alimentaţie. Suplimentar se va bea ceai din 7 linguri de boabe fierte ½ oră în 1 litru de apă, pe parcursul unei zile. Ceaiul este recomandat şi îi stările de astenie, surmenaj, somnolenţă, pietre la rinichi şi impotenţă
În anumite cazuri se poate evita operaţia, urmând un tratament naturist sub supraveghere medicală. Următoarele plante au efecte bune asupra tiroidei, roiniţă, lichen de piatră, sânziene, talpa gâştei, ciuboţica cucului, coada şoricelului, se amestecă în părţi egale, se macină prin maşina de cafea, se ia de 6 în 6 ore câte 1 linguriţă de pulbere, care se ţine sub limbă timp de 15 min. apoi se înghite cu apă plată.

Laringită; tinctură de tămâie 20 – 30 pic. (10 g de tămâie, dizolvare în 100 ml. Alcool de 90, timp de 7 zile), diluate în puţină apă. Se procur numai de la farmacii şi magazine naturiste. Atacă dinţii dizolvându-i, nu se ţine mult în gură.

Leac analgezic şi antiinflamator; amestec din scoarţă de stejar, flori de tei, în proporţie de 2:1. Peste 2 linguri de amestec se pun 200 ml. apă clocotită, se infuzează 15 min., se bea câte 100 ml. de 2 ori/zi.

Hemipareză laringiană; înghiţitul în sec, pentru stimularea muşchilor paralizaţi. Se masează partea afectată, se poată aplica suc de ghimpir, pe această zonă.

Tiroidą nodularą; tratament alopat cu Eutyrox şi Thyreoton, urmat de tratament naturist sub îndrumarea D-nei Serac, tel 021/637.30.22 sau 0722/19.33.00.

Usturimi în gât, faringita; ceai de frunze de salcie. Gargară cu apă sărată.
Bronhoron; vezi infecţiile respiratorii.

TORACE; ESOFAG

Cancer esofagian; se face gargară cu mărul lupului, tătăneasă şi muşeţel (vezi reţetă clismă cancer genital) 1-2/zi. Se face şi clismă la 2 zile.
Sau pulbere de cătină, ½ - 1 linguriţă înainte de masă, măreşte apetitul şi stimulează rezistenţa organismului. (vezi, medicamente..)

Esofagita acută şi cronică; disfagie – durere la înghiţit, regurgitaţii, senzaţii de arsură în capul pieptului. Cauzele pot fi:
Infecţii, micoze, substanţe chimice, rece sau foarte cald. Tratament cu bismut subnitric – pulbere 1 vîrf de linguriţă, de 3 ori/zi, cu 1 oră înaite de masă se beau 200 ml. apă, se ia bismutul cu foarte puţină apă se face o pauză de 1 oră, apoi se poate lua masa, începând cu tărîţe de grâu, 8 – 10 linguriţe înmuiate în 200 ml. apă, luate la fiecare dintre cele 3 mese.
Metronidazol – supozitoare 1/zi la 2 ore după scaun, pe toată durata bolii, ca supliment vitamine B2, E, A, B12, cât şi minerale, calciu, potasiu, magneziu, timp de câteva luni.

INIMA

Boli de inimă asociate cu hipercolesterolemie; se scot din alimentaţie carnea, prăjelile, untul şi margarina, dulciurile, se consumă zilnic 100 g. seminţe de dovleac, neprelucrate termic, care conţin acizi graşi polinesaturaţi, care au efect salvator asupra elasticităţii vaselor de sânge.
Tinctură din petale de trandafir, zilnic căte 3 linguriţe de 3 ori, în cure de o lună cu pauză de 10 zile.

Cardiopatie ischieminǎ; se amestecǎ pǎducel, talpa gâştei, mǎghiran şi coada calului.
Se ia în fiecare zi 2 cǎţei de usturoi, la înceout o ½, apoi unul întreg, pînǎ se ajunge la 2

Dureri de inima; 10 fire de pătrunjel cu rădăcină cu tot se spală si se pun la fiert într-un litru de vin alb, timp de 3 minute, apoi se adaugă 100g de miere, se mai fierbe 4 minute. Se pune în sticle care au fost clătite cu alcool, se ia 1-2 linguri când apar durerile.

Fibrilaţia atrială paroxistică; este o aritmie la nivel atrial, dar cu o puternică influenţă asupra inimii în sensul diminuării acesteia. Instalarea acestei boli este cauzată de cardiopatie ischemică, hipertensiune, febra, digestia defectuoasă însoţită de balonare, oboseală excesivă, insomnia, stresul, fumatul cafeaua. Consecinţele acestei boli sunt obosirea inimii, deteriorarea valvelor, formarea cheagurilor de sânge, în consecinţă creşte riscul infarctului miocardic şi accident vascular cerebral. Tratament ajutător, greutate corporală optimă, regim alimentar desodat, fără grăsimi animale, alcool, cafea şi fumat. Se recomandă legume şi fructe, diminuarea constipaţiei şi balonarea, mese uşoare şi dese de 5 ori/zi, mişcare în aer liber, exerciţii zilnice se inspiraţie şi expiraţie, eliminarea stărilor nervoase şi tratament medicamentos de la dr. cardiolog.

Hipotensiunea, ischemia cardiacă; fulgii de orz măresc pe cale naturală tensiunea fără riscul de a apărea hipertensiune, tensiune oscilantă sau palpitaţii, totodată previne ischemia.

Hipertensiune; tinctură de brânca ursului 50 pic. (vezi frigiditate), de 4 ori/zi înainte de masă. Planta se va administra cu maghiran, care are rol compresor. În timpul curei nu se stă la soare. Supradozarea duce la reacţii alergice, vasodilataţie periferică, hipotensiune
Două lămâi medii şi 2 portocale se taie se curăţă de sâmburi, se trec prin maşina de tocat, pasta rezultată se amestecă cu 2 linguri de miere, se tine într-un borcan la frigider, se iau 2 - 3 linguriţe dimineaţa, cu ceai sau înainte de masă. Pentru curăţarea vaselor de sânge şi pentru menţinerea tensiunii arteriale în limite normale, pentru prevenirea stenocardiei, a infarcturilor şi atacurilor de cord.
Se consumă 1,5 Kg. pere timp de 3 zile/săptămână, la 24 de ore, se evită în această perioadă mesele copioase şi se renunţă la carne.
Coada calului. conţinutul ridicat de potasiu este un bun hipotensor, vezi cap – arterioscleroza.

Ischemie cardiacă, Arteroscleroză, fragilitate vasculară; se consumă seminţe de floarea soarelui, neprelucrate termic, care conţin substanţe cu efect de consolidare a elasticităţii şi permeabilităţii vaselor de sânge.
Cura cu tinctură de lavandă (vezi cap depresia), în bolile cardiace acţionează direct la nivelul sistemului nervos central, 1 linguriţă de 3 - 4 ori/zi în ½ pahar cu apă, pe stomacul gol.

O inimă sănătoasă, cu păducel, care scade iritabilitatea sistemului nervos central, tonifică muşchiul cardiac, îmbunătăţeşte circulaţia coronariană, înlătură tahicardia şi aritmia, scade tensiunea. ½ kg. fructe coapte de păducel se pisează cu o lingură de lemn, se adaugă 100 ml. de apă se încălzeşte totul al 40 grade, se stoarce sucul, se ia 1 lingură de 3 ori/zi, înainte de masă.
Sau 1 lingură fructe de păducel uscate se pune într-un pahar cu apă fierbinte, se infuzează 2 ore la întuneric, se strecoară, se iau 1 - 2 linguri de 3 - 4 ori/zi, înainte de masă.
În tulburările de ritm cardiac, infuzie de gălbenele , 2 linguriţe în 2 pahare de apă fiartă, se infuzează 1 oră, se bea câte ½ pahar de 4 ori/zi.
În cazul durerilor în zona inimii, al palpitaţiilor şi insomniei, se foloseşte infuzia din frunze de roiniţă, 15 g. într-un pahar de apă fierbinte timp de 30 min., se iau 2 linguri de 5 - 6 ori/zi.
Infuzia din mentă, 2 linguriţe se pun in 1 pahar de apă fierbinte, se infuzează 30 min., se cu înghiţituri mici toată ziua.
Stenocardia şi respiraţia greoaie, 1 kg. miere, 10 lămâi, 5 căpăţâni de usturoi. Se amestecă, sucul de lămâie cu usturoiul pisat şi mierea, într-un borcan cu capac la loc răcoros, timp de 1 săptămână, se iau 4 linguriţe/zi.

Palpitaţii; (vezi insomnia).

PLĂMÂNI

Astm bronşic; - suc de ridiche cu miere, 1 - 2 linguriţe de 3 - 4 ori/zi.
Sau - 200g. hrean ras cu sucul a 2 lămâi, 1/2 lingură de 2 ori/zi, se ia stomacul gol sau cu 1/2 de oră după masa.
Sau - sucul de la 10 lămâi amestecat cu 1Kg. miere şi 10 căpăţâni usturoi pisate, se lasă o săptămână in vas închis. S4 linguriţe/zi.
Amestec de miere, cătină, arnică şi echinaceea, sub formă de tincturi, se iau 50 - 60 pic de 3 ori/zi, pe stomacul gol, timp de 1 lună. Echinaceea este imuno-stimulator, elimină toxinele, în timp ce arnica reglează tensiunea arterială şi îmbunătăţeşte circulaţia. Ienupărul folosit sub formă de tinctură, are proprietăţi balsamice în astmă.
Se poate controla uşor cu ajutorul siropului Carob, 3 linguriţe în 1 pahar de apă
Bronhoron; vezi infecţii respiratorii.
Vezi tuse convulsivă.
Se iau 25 de nuci mici verzi ca pentru dulceaţă, 1 kg. miere. Nucile se dau într-un clocot, se scurg. Separat mierea se dă în clocot, apoi se pun nucile şi se clocotesc 8 min., la foc mic. Se răceşte se pune în borcan, se ia după fiecare masă, o lingură şi nu se mai mănâncă nimic. Cura se tine o dată pe an. Inainte de folosire, se amestecă bine.
Isop pulbere ½ linguriţă rasă de 2 – 3 ori/zi, pe stomacul gol. Tratamentul durează 2 săptămâni, cu efect de decongestionare a mucoasei, antiinfecţios şi amplifică imunitatea.

Astm alergic; cură de 240 de ouă de prepeliţă crude, luate pe stomacul gol, câte 5 în fiecare dimineaţă, timp de 2 ore nu se mănâncă nimic.

Astm cardiac; păducelul este foarte bun stabilizator al tensiunii şi excelent tonic pentru inimă. Talpa gâştii este un calmant al inimii – de 3 ori mai eficace decât valeriana. Se bea 3 – 4 ceaiuri din fiecare în parte. Se exclude carnea, alcoolul, cafeaua, tutunul, sarea.

Boli respiratorii, **infecţii;** gripa : lichen piatra cu rădăcină de brusture si echinaceea pulbere în părţi egale 4 linguriţe pe zi.
Frunzele de trifoi şi de urzică , pe lângă acestea se recomandă uleiul de măsline, sucuri naturale, de morcovi şi ceapă
Pătrunjelul, verde mestecat dă un miros plăcut respiraţiei, acţionează ca un dezinfectant asupra caqilor respiratorii medii şi superioare, pentru cei cu boli respiratorii cronice..

Bronhoron; tratament curativ şi profilactic, medicament homeopatic, adulţii şi copii peste 16 ani. Tratament profilactic; 5 granule 1 dată/zi 10 - 15 zile/.lună. Pentru copii între 2 - 5 ai 1 granule/zi; între 6 - 10 ani 3 granule/zi; între 11 - 15 ani 4 granule/zi. Tratamentul curativ 5 granule 1 dată/zi, până la vindecare. Granulele nu se ating cu mâna, se numără în capacul tubului, se pun pe limbă şi se sug, nu se

bea nimic cel puțin ¼ oră, se iau cu cel puțin ½ oră înainte sau după masă.

Bronşita; 500g. ceapă rasă cu 400g. zahăr, 50g. miere în 1 litru de apă se fierbe pe foc mic timp de 3 ore, cu capac. Se consumă 1 linguriță de 4 - 6 ori/zi.
Fulgi de orz (vezi T.B.C.)
Cura de lavandă ulei (farmacii naturiste), 2 pic. amestecate cu 1 lingură de miere, se ia câte puțin din acest amestec, nu se înghite direct, ci va aluneca uşor pe gât pentru efectele antiinfecțioase şi calmante. Pentru adulți 6 pic., 2 pic. pentru copii
Bronhoron; vezi infecții respiratorii.
Coada calului, se ia de 3 ori/zi pulbere pe stomacul gol, efect antibacterian, reface țesutul distrus de infecții, eficient când boala s-a instalat şi tinde la cronicizare.
Tinctură de smirnă, (10 g. sirmă în 100 ml. alcool de 90, timp de 7 zile), 1 linguriță diluată în jumătate de pahar de apă, de 3 ori/zi. Este un antimicrobian puternic, scade febra, combate stările de greață şi durerile de cap. Un tratament durează 7 zile, dar se poate prelungi până la 2 săptămâni. Se va folosi smirna procurată din farmaciile şi magazinele naturiste.

Emfizem pulmonar; compresă cu coada calului (1 pumn de plantă se pune într-o sită deasupra unui vas cu apă clocotită. Vaporii înfierbântă şi umezesc planta, care se va pune pe o bucată de pânză) pe toată regiunea plămânului, toată noaptea. Amestec de ceaiuri, cimbru de câmp şi pătlagină în părți egale, se beau 3 - 4 ceşti/zi.

Expectorante; amestec din plante uscate, nalbă mare, frunze de podbal, şovârf, în proporție de 2:1:1. Peste 1 lingură de amestec se pun 400 ml. apă clocotită, se infuzează până se răceşte, se bea câte 100 ml. 3 - 4 ori/zi.
Sau peste 1 linguriță de pătlagină se toarnă 200 ml. apă clocotită, se infuzează 1 oră, se bea 1 lingură de 3 - 4 ori/zi.
Turiță mare, o ceaşcă de ceai de 3 ori/zi, ameliorează emfizemul, cordul mărit, dilatarea stomacului, a intestinelor, bolile renale şi vezicale, dacă remediul este folosit un timp mai îndelungat. Ceaiul nu se reîncălzeşte pentru că îşi pierde proprietățile, se prepară câte o cană, pentru consum.

Inflamații ale mucoasei respiratorii; peste 1 lingură flori uscate de soc se toarnă 200 ml. apă clocotită, se infuzează 30 min., se bea caldă, câte 50 ml. de 3 - 4 ori/zi, înainte de masă

Imunitate pe segmentul respirator; se consumă 200 g. semințe de floarea soarelui pe zi. Uleiul din semințele neprelucrate termic are efect imuno-stimulator foarte puternic.

Intoxicația cu monoxid de carbon; Betaguard, un integrator nutrițional natural, creat pentru cei care lucrează în medii toxice sau pentru fumătorii înrăiți sau cei pasivi. Medicamentul nu se găseşte la noi.

Neo pulmonar; se beau 250 - 300 ml./zi suc de sfeclă.
Se face o pastă din praf de pelin (plafar), fagure de miere, miere polifloră, spirt din cereale de 87, se amestecă într-un vas de porțelan cu o lingură de lemn, se pune pe un tifon, compresa se pune pe spate unde este tumoră, se prinde cu un pansament elastic. Pe pat se pune o folie de plastic, ca să nu păteze. Compresa se pune seara şi se ia dimineața, se umezeşte şi se foloseşte timp de 7 zile, după care se prepară altă pastă. Pe zi se mănâncă 5 pere, 20 alune crude dimineața şi 20 alune crude seara
Sau pulbere de cătină, ½ - 1 linguriță pe stomacul gol înainte de masă, măreşte apetitul şi sistemul imunitar. (vezi, medicamente).

Plămân uscat; din cauza fumatului, preparat care opreşte fumatul numit Mai, se poate procura de la tel. 021/668.51.36.

T.B.C., bronşită, pleumonie : tratament Islanda
Lichen de piatra : pulbere o linguriță pe stomacul gol de 3 ori pe zi
Tinctură : într-un borcan 3 sferturi pulbere lichen piatra cu alcool de 95 amestecat în părți egale cu apă se lasă la macerat 10 zile. Se filtrează , se păstrează în sticlă închisă la culoare şi la întuneric : o lingură în jumătate pahar cu apă de 3 ori pe zi

T.B.C. se adună 3 pungi de nailon cu frunze de pătlagina bine îndesate, se spală se taie coditele, se pun la fiert cu apă cât să le acopere, când se înmoaie se amestecă cu 2Kg de morcov ras, când fierbe se mai adaugă 2Kg de miere, se fierbe câteva minute. Când se răceşte se pune în borcane, se iau 3 lingurițe pe zi timp de 2 zile apoi se creşte doza la 3 lingurițe pe zi.
Fulgii de orz cu lapte fierbinte, miere şi 1 vârf de cuțit pudră de ghimbir, hrănitor şi stimulator imunitar, se consumă dimineața şi seara.
În fiecare zi se bea 1 Kg. borş proaspăt făcut în casă din tărâțe de grâu şi mălai fără pâine, conține vitamina C.
În fiecare dimineață se înghite pe stomacul gol 4 - 5 bucățele de slănină proaspătă, fără să mestecați.
350 g. ovăz cu 350 g. tărâțe de grâu, se fierb în 2 litri de apă, se îndulce4şte cu miere, se bea de sete ca apă alternând cu alte ceaiuri.
Sucul de la 1 lămâie se amestecă cu 1 gălbenuş de ou proaspăt, după fiecare masă ca desert, ajunge pentru toată ziua.
100 g. petale de trandafiri de dulceață şi 150 g. miere, se iau 2 linguri /zi , se păstrează la rece, se consumă în maxim 2 săptămâni.
Sau miere 800 g. cu 2 - 3 bucăți de hrean ras, se iau 3 lingurițe/zi
Sau pătlagină cu cimbru în părți egale ceai. Cura de usturoi, 3 căței/zi. Cura de propolis 20 - 30 pic./zi cu 30 min. înainte de masă pe o bucățică de pâine.
Tratamente pe bază de aloe vera.
Coada calului, vezi bronşita.

Tumoră; 1 kg. rădăcină de hrean, se apală, se curăță, se dă pe răzătoarea cu găuri mici, se amestecă cu 1 kg. de miere şi se pune într-un borcan mare. Timp de 8 zile, se lasă la macerat, o dată/zi se amestecă. Apoi dimineața pe stomacul gol se ia 1 linguriță, se bea o ceaşcă de ceai de sunătoare, iar după 1 oră se poate lua micul dejun. Se ia toată cantitatea de amestec.

Tuse convulsivă; 30g. flori sau frunze de gutui cu 1 litru de apă clocotită se lasă la infuzat 15 min., se ia câte 100 ml. de 3 ori//zi, după masă.
O linguriță de semințe de anason cu 100 ml. apă clocotită, se lasă la infuzat 10 min., se iau câte 100 ml. de 3 ori/zi.
Ceai din scaiul măgăresc, 1 linguriță la 250 ml. apă.

Traheită, angină; Bronhoron, vezi infecțiile respiratorii.

Silicoza; boala se poate vindeca în 3 - 4 luni cu ajutorul unei plante podbal, care ajută la eliminarea siliciului mineral acumulat în alveolele pulmonare. La fumători, plămânul devine foarte sensibil după eliminarea siliciului, deci atenție. Se face un amestec din 20 g, flori de podbal, 30 g. frunze de podbal, 20 g. frunze de pătlagină, 20 g. frunze de mentă, 10 g. rădăcină de lemn dulce. Se face infuzie din 1 lingură din amestec la 1 cană de apă fiartă, se beau 2 căni/zi cu ½ de oră înainte de mase. Se recomandă ca în timpul tratamentului să se consume de 3 ori/ săptămână câte 2 lingurițe de hrean ras amestecat cu miere polifloră în părți egale. E bine să se consume usturoi sub orice formă.

Viroză pulmonară; pentru a prerven şi a stimula sistemul imunitar, primăvara se face o cură de dezintoxicare cu Pure Yucca, în luna septembrie. Dacă situația este mai gravă, se renunță la cura de dezintoxicare şi se ia timp de 3 luni Garlic with parsley – usturoi cu pătrunjel – interzis în cazul de nefrită - .

ABDOMEN; STOMAC

Bolile digestive; mărarul verde are darul de a neferi de indigestie, hipoaciditate sau balonare, este folositor şi în colite întrucât substanțele aromate împiedică dezvoltarea bacteriilor în intestin. Se va consuma mâncare condimentată cu mult mărar sau salată de mărar, cu ulei de măsline şi suc de lămâie, iar vara se adaugă şi roşii.

Bolile de stomac: se pot trata cu şroturi de legume, pentru lecuirea tractului gastro – intestinal şi în mod special al stomacului. Şrotul de legume şi fructe – partea care rămâne după stoarcerea legumelor.

Digestie dificilă; din coji de pară se face o infuzie, se poate bea după mese.

Durere stomac; Almagel şi Antacid tablete, au reglat pH - ul stomacului

Gastrita; - Gastrovit - hiperaciditate, ulcer gastric şi duodenal
Calmyplant - hiperaciditate, ulcer Ulcoveg - idem
Prodigest plus - digestie normala, hiperaciditate, insuficienţă pancreatica.
Sau, macerat de seminţe de in (vezi obezitate) se adaugă 1 linguriţă pulbere din frunze de mentă. Se consumă 1 litru în loc de apă.
Macerat de isop (1 linguriţă de plantă într-un pahar cu apă, la temperatura camerei, se la să de seara până dimineaţa), 2 – 3 pahare pe parcursul unei zile, înainte de mese şi după ele.

Hernie hiatală; produce un reflux de acid gastric în esofag până în cavitatea bucală. Condusul maşinii şi poziţia în timpul şofatului produce gaze toxice şi crize dureroase. Cu 2 ore înainte de culcare nu se mai mănâncă niumic.

Hipo-aciditate; Câte o linguriţă de frunze de patlagină, muşeţel. Seminţe de mărar, sunătoare, mentă, se amestecă, se iau 2 linguri peste care se toarnă 200 ml. apă clocotită, se infuzează 5 – 1o min. Se bea 100 ml. de 3 ori/zi.

Hiper-aciditate; coada calului, 1 linguriţă pe stomacul gol de 3 – 4 ori/zi, excelent antiacid cu proprietăţi cicatrizante, se face cură începând cu sfârşitul lunii februarie şi până la începutul lunii mai.
Leac folosit de călugării de la mânăstirea Secu – ¼ litru de ulei de floarea soarelui, 250 g miere polifloră, 250 g ţuică de prune şi ceai concentrat de sunătoare (1/2 g litru apă, se pun 2 pumni de floare uscată, se fierbe până scade la jumătate), se amestecă cele 4 componente şi se obţine 1 litru de emulsie. Timp de 2 săptămâni se ţine sticla la întuneric şi se agită zilnic, apoi se administrează de 3 ori/zi câte 50 ml., înainte de mase. După terminarea tratamentului se face o pauză de 2 săptămâni şi se poate relua dacă mai este nevoie.
Câte o linguriţă de sunătoaqre, muşeţel, mentă, siminoc, din amestec se ia o linguriţă peste care se toarnă 200 ml. apă clocotită, se infuzează 10 min. Se bea căte 100 ml. dimineaţa şi seara, cu 30 min. Înainte de masă.

Indigestie sau anaciditate ;rădăcină de boz cât o unghie mică se mestecă pe stomacul gol cu un sfert de ceas înainte de masă.
Infuzie de smirnă, (1 – 2 bobiţă de smirnă, se pun într-un pahar cu apă clocotită, se lasă o jumătate de oră, se va topi şi va pluti la suprafaţă, va împrumuta din aroma ei şi proprietăţile ei terapeutice apei.), 2 – 3 linguriţă, cu un sfert de ora înainte de a mânca şi la câte va minute după ce am mâncat. Are efecte puternice asupra digestiei, pe care o normalizează. Se va folosi smirnă procurată numai de la farmaciile şi magazinele naturiste.

Sughit; ceai neândulcit din seminţe de mărar, 1 linguriţă la 250 ml. apă, se opăreşte şi se bea călduţ.
Sau tablete de clorură de potasiu, fiind în organism un deficit de potasiu.

Ulcer gastroduodenal sau hiperaciditate ; flori de salcâm uscate se macerează 3 linguri într-un litru de apă jumătate de zi. Se bea o cană pe zi

Ulcer; cure de 3 săptămâni în perioada de criză , toamna si primăvara, pulbere de muguri plop negru, 1 linguriţă de 3 ori/zi, pe stomacul gol.
Ceai din scaiul măgăresc, o linguriţă fiartă în 250 ml. Apă
Coada calului, vezi hiperaciditatea.
Medicamentul Pepstat 380 healthy stomach formula, se găseşte pe internet şi costa în jur de 20$ 90 pastile, care ajung pentru o lună. Produsul este natural, dintr-o planta sud – americană, nu are contraindicaţii. Conţine enzime care ajută digestia, tranzitul intestinal, arsurile, hipo şi hiperaciditatea.
Extract din muguri de smochini, de 3 ori/zi timp de 2 luni, împreună cu apilarnil 2 capsule /zi şi ulei de cătină - 20 pic de 2 ori/zi, toate pe stomacul gol

FICAT - COLECIST

Ciroza; se consumă zarzavaturi, legume, fructe, suc, cât mai multe lămâi, salate, apă plată. Tratament cu mărul lupului - Nicolae Pop din Cluj, aloe vera (întărirea imunităţii, dezintoxicare, diminuarea efectelor nocive ale citostaticelor si radioterapiei). Pentru ascită, salată de bănuţi pentru a elimina apa. Ceai de gălbenele, anghinare, turiţă mare, urzică vie, îndulcit cu miere şi suc de cătina (vit.C, antioxidant).
Cura cu struguri (vezi obezitatea).
Pulbere de isop un vârf de cuţit, sau macerat ¼ pahar (1 linguriţă de plantă într-un pahar cu apă se lasă de seara până dimineaţa) cu ¼ de oră înainte de masă, inhibă reflexul vomitiv, redă apetitul şi induce o stare de bună dispoziţie, fiind un ajutor în bolile grave.5
Suc de cătină, proaspăt ½ pahar/zi, sau sirop de cătină, 1 lingură de 3 ori/zi, înainte de mese.

Colangita sclerozanță; afecţiune cronică inflamatoare şi fibroasă a cdăilor biliare intrahepatice şi extrahepatice. Se tratează alopat, iar în stadiu avansat duce la transplant hepatic. Tratament naturist cu Aloe Vera.

Colecist leneş; cu o lingură de lemn se amestecă, 2 ceşcuţe pentru cafea cu ulei de măsline, 2 ceşcuţe cu miere, 2 ceşcuţe de suc de lămâie şi coaja dată prin maşina de tocat, se evită folosirea vaselor de metal. Se amestecă, se poate folosi imediat, câte o lingură cu ½ oră înainte de mesele principale, restul se păstrează la frigider. Tratamentul se poate repeta până la folosirea cantităţii de ulei de 600 ml.

Ficat gras (steatoză); ceai de anghinare, 2 - 3 ceşcuţe/zi, ceaiul de rostopască decongestionează ficatul, se beau 2 - 3 păhărele /zi - în cantităţi mari este toxic. (Cabinet naturist str. Rabat nr. 9 , tel. 2302059 Buc.). Eliminarea produselor de origine animală, pâinea albă se înlocuieşte cu integrală, renunţat la cafea, alcool, ţigări, se poate mânca mămăligă.

Hepatiță cu virus C, varice esofagiene; Dr. CIUHRII medicamentele HEPATITO-LIZ şi VARICO-LIZ. Regim alimentar, se renunță la orice fel de grăsimi, Ceai de rostopască 3 ori/zi, 10 zile şi ceai de năprasnic 10 zile înainte de masă cu 30 min.. Multă odihnă.
Fulgii de orz, drenor hepatic şi ajută la regenerarea celulelor hepatice, preparaţi cu miere şi fructe, ca afinele, cătina, merele, gutuile.
Pulbere de rădăcină de măcriş, iarbă de anghinare, seminţe de armurariu şi sunătoare în părţi egale, 1 linguriţă pulbere, pe stomacul gol, de 4 ori/zi, timp de 3 luni. Din acest amestec nu trebuie să lipsească pulberea de măcriş. În urma tratamentului, revine pofta de mâncare, pielea revine încet la culoarea ei normală, după 4 luni analizele de sânge tind să revină la normal.
Pățrunjelul se recomandă bolnavilor de hepatiță cu virus A, B, C, sặ facặ timp de 4 sặptặmâni o curặ de suc proaspặt, câte 15 linguri/zi, luate pe stomacul gol, înainte de masặ.

Leac pentru hepatită şi colecist; amestec de plante uscate, siminoc, mentă, seminţe de coriandru, în proporţie de 2:2:1. O lingură de amestec cu 400 ml. apă clocotită, se infuzează 30 min., se bea 100 ml. de 3 ori/zi, cu 30 min. înainte de masă.

Nisip la colecist; (vezi nisip la rinichi)

Reglarea activităţii biliare; 1 linguriţă de rădăcină uscată de păpădie cu 200 ml. apă clocotită, se infuzează ½ oră, se bea 50 ml., de 3 - 4 ori/zi.
Cura cu struguri (vezi obezitatea) recomandată pentru dispepsie şi prevenirea litiazei
Cura cu lavandă pulbere (se macină cu râşniţa electrică, se pune într-un borcan de sticlă închis la culoare şi bine închis, se păstrează la răcoare şi la întuneric), 1 linguriţă pe stomacul gol de 4 ori/zi. Măreşte secreţia de bilă şi la eliminarea ei calmând durerile abdominale.

PANCREAS

Coji de mere, gutui, pere; uscate la cuptor, apoi pisate şi amestecate cu miere şi puţin propolis, un preparat natural împotriva durerilor de stomac şi pancreas

Chisturi; se evită excesele alimentare , după fiecare masă repaus la pat, cu aplicaţii calde in zona

epigastrului. Funcția pancreasului este stimulată de ceaiul de anason, se bea înaintea meselor, în 3 reprize. Dacă nu sunt dureri se poate bea apă minerală de Slănic Moldova, încălzită uşor, înainte de masă. Electroterapie. Pancreasul este un organ complementar splinei, deci toate tratamentele se vor face la ora de activitate maximă a acestul organ, între orele 9 – 11 (dimineața).
Fitoterapie cu amestec de plante infuzabile – mentă, păducel, siminoc, coada calului, sunătoare, trei frați pătați, în părți egale, 5 g. Din amestec se pun în 3oo ml apă clocotită, selasă 10 min., se strecoară şi se beau zilnic 200 ml. de 3 ori/zi, înainte de masă. Fitoterapia se foloseşte timp de 2 luni, de 2 ori/an, sau dacă situația este mai gravă tot timpul.
Alimentația se face în funcție de zilele săptămânii – luni lactate, marți mâncare gătită, dar nu grasă,miercuri crudități, joi atenție la excese, vineri se mănâncă ce vă place, sâmbătă mâncați mai puțin, duminică puteți încera o mâncare nouă.

Pancreatită, insuficiență pancreatică, diabet, chist:
Lichen de piatră cu afin, pulbere în părți egale 4 lingurițe pe zi pe stomacul gol
Ceai de busuioc o linguriță cu scorțişoară un vârf de cuțit în 300 ml. apă ,seara înainte de culcare.
Sau ceai teci de fasole, sunătoare, melisă, fructe de măceş, cătină albă şi coada şoricelului, amestecate în părți egale, se bea în loc de apă, cu 30 min. înainte de fiecare masă se bea ceai de țintaură.
Farmacia verde din Oradea

RINICHI

Carcinom tranzițional pseudopapilar al vezicii; George Motorca, Farmacia Verde, Oradea, cartier Nufărul 2, Str. Traian Goga nr. 17, tel. 0259/225252, 467704, tratament cu ceaiuri circa 7 luni.
Sau pulbere de cătină, ½ - 1 linguriță înainte de masă pe stomacul gol, măreşte apetitul şi sistemul imunitar.(vezi, medicamente.)

Carcinom vezical; tratament naturist tibetan, prin administrarea în primele 2 – 3 luni a ceaiului antilipemic, Holican şi Cordiceps, pentru a stopa creşterea tumorală primară, precum şi diseminarea pe cale limfatica sau hematogenă.

Cistita, infecții urinare; tinctură muguri plop negru (vezi cap), 60 pic. cu 1 linguriță de miere se iau de 4 - 5 ori/zi timp de 2 zile
Suc proaspăt de mărar, 4 linguri de 3 – 4 ori/zi, în cure de 2 săptămâni, stimulent pentru activitatea rinichilor, combate calculoza, infecțiile renale. Nu are reacții adverse, se poate administra pe perioade lungi.

Colibaciloza; tinctură de ienupăr 3 picături de 3 ori pe zi înainte de masă.
Caşete cu albastru de metil 1/ seară.
Căldură - sticle cu apă caldă pe burtă.
Alimentație; fără sare, zahăr, vegetariană 80%, ceai coada şoricelului.
Iaurt un tampon în vagin seara la culcare sau se unge mucoasa cu ulei de cătină
Cură cu bere, timp de 3 săptămâni, 1 sticlă de ½ litru seara.
E. Coli trăieşte în intestinul gros. Fără el nu s-ar putea face bolul fecal. Din cauze multiple se dezvoltă haotic şi trece în aparatul urinar producând cistite. Trebuie păstrat un mediu alcalin, în ceaiul de frunze de mesteacăn se pune 1 vârf de cuțit de bicarbonat - 5 linguri de plantă la 1 litru de apă, se bea într-o zi. Se poate lua Uricol sau Urinex, dezinfectante intestinale. Se evită produsele lactate, în afară de brânza de vaci, caş şi urdă. Se evită dulciurile, trecând pe miere, peşte, carne de pui şi vită. Se consumă fructe, legume sucuri, se poate mânca1 ou pe săptămână. Se unge abdomenul cu bitter suedez sau cu cremă de cătină, seara înainte de culcare.
Tinctură de propolis 30% de 3 ori/zi câte 30 pic., înainte de masă pe un cubuleț de pâine.

Cistocel; slăbirea musculaturii vezicii urinare, tinctură de propolis, de 2 ori/zi dimineața şi seara, înainte de masă câte 40 pic., în ceai, apă călduță sau lapte, cura durează 6 - 8 săptămâni. Se poate lua în continuare, câte 30 pic, deoarece vindecă multe boli.

Colică renală; se pune la macerat o ceapă mare curățată şi tăiată bucăți, într-o cantitate de alcool de 90 egală cu greutatea cepei.. Se acoperă vasul şi se pune într-un loc călduros, timp de 1 săptămână,

agitându-l în fiecare zi. Se strecoară, se pune în sticle închise la culoare, la răcoare şi întuneric. Pentru eliminarea calculilor se iau 2 lingurițe de tinctură 1 înainte de masa de prânz şi cealaltă la culcare, până la eliminarea calculilor.

Disfuncții ale glandelor cortico – suprarenale; se bea ¼ de pahar de suc de țelină, înaintea meselor principale timp de 3 săptămâni cu una de pauză.

Infecții; dacă după tratamentul cu antibiotice urocultura este sterilă, se ia în fiecare seară
Timp de un an 1 tb. de Nitrofurantoin.
- o cură de ulei de ienupăr

Incontinență urinară; urmare a unei slăbiri a musculaturii sfincterului uretral se poate încerca medicamentul DRIPTANE.
Băi la şezut cu coada calului, coada şoricelului, traista ciobanului, 100 g. din acest amestec, se pun la macerat peste noapte, a 2 zi se clocotesc şi se combină cu apa de baie.
Frecționarea zonei vezicale urinare, cu tinctură din traista ciobanului. La 2 ore se ia 1 lingură cu ceai de mătase de porumb. Se beau zilnic 4 căni de ceai din coada calului, coada şoricelului, sunătoare şi crețişoară, amestecate. Gimnastică invizibilă, ce constă în strângerea voluntară a muşchilor sfincterului anal, ritmic, până la obosirea zonei, 1 dată/zi.
Urinatul în reprize, se dă drumul la jet, apoi se opreşte voluntar şi se ține cât se poate. Următoarele urinări se fac la fel. Aceste contracții se fac timp de 3 luni. Sunt interzise tutunul, cafeaua, alcoolul
Insuficiență renală; amestec de plante drăgaică, splinuță de pădure şi urzică moartă galbenă, în părți egale, se beau 4 ceşti/zi cu înghițituri mici. Efectul se vede după 14 zile
Tinctură de brânca ursului (vezi frigiditate), diluată în ½ pahar cu apă, de 3 - 4 ori/.zi. Cura se face de 40 zile şi are ca efect stimularea circulației sanguine, a imunității locale şi restabilire a funcției rinichiului.
Se recomandă ceai din frunze şi flori de sunătoare, nu există o doză fixă, se foloseşte în loc de ceai sau apă. Un pahar de ceai înainte de culcare îl protejează pe copil sau adult de incontinența urinară nocturnă în timpul somnului.
Foarte indicate sunt semințele de mărar, o linguriță într-un pahar cu apă fierbinte, se lasă la infuzat 2 – 3 ore, apoi se bea un pahar pe zi. Această infuzie poate vindeca temporar incontinența.

Insuficiență renală; se bea ¼ de pahar cu suc de țelină înaintea meselor principale, tratamentul are o durată de 3 săptămâni cu una de pauză.
O bucată de praz mărunțit se fierbe într-un litru de apă, se beau 2 – 3 căni /zi, neîndulcit, timp de 2 – 3 luni, diuretic puternic, antiedematos, hipotensor, reface valorile normale ale creatininei, îmbunătățind filtrajul şi reabsorția renală.
Tinctura de ceapă şi ienupăr, de 3 – 4 ori /zi câte o linguriță de amestec, diluată în 100 ml. apă, timp de 3 săptămâni, urmată de o pauză de o săptămână, apoi se reia cura, vindecă sindromul de retenție azotică, elimină depozitele de uree, creatinină şi acid uric.

Nisip la rinichi; 4 linguri rase de fulgi de ovăz, se fierb la foc mic în 1 litru de apă 20 min.. Acest decoct se consumă pe parcursul unei zile timp de 14 zile.
Coada calului, 2 – 3 căni/zi decoct. Sau un ceai preparat din coada calului, ienupăr şi flori de soc, combinate în proporții egale, din care se beau 2 – 3 căni/zi/

Piatră la rinichi ; un litru de apă cu 250g rădăcină de pătrunjel curățată şi tocată , se fierbe până scade la o cană, se strecoară şi se împarte în 3 ceşcuțe, se bea pe stomacul gol una dimineața, la prânz si seara. In ziua respectivă nu se mănâncă nimic. A doua zi piatra se transformă în nisip. Tratamentul durează o zi.
Ceai din scaiul măgăresc, 1 linguriță la 250 ml. apă.
Tinctură de tămâie (vezi laringita), dimineața, la orele 8 şi la ora 11, se ia câte o linguriță diluată într-un pahar de apă plată. Tratamentul durează 2 – 3 săptămâni şi se repetă de câte ori este necesar. Se procura numai de la farmaciile şi magazinele naturiste. Atacă dinții dizolvându-i, nu se şine mult timp în gură.
Infuzie din pe3tale de trandafir, timp de 10 zile/lună, căte 2 căni/zi, dimineața şi seara pe stomacul gol. Substanțele din petale împiedică formarea sărurilor minerale în rinichi şi formarea de pietre..
Renalof, medicanet din extract molecular al plantei Agropyron repens, (anumite populații din Anzi nu

fac niciodată litiază, nisip sau infecții renale, de oarece consumă mici cantități din această plantă.). Pe lângă faptul că ameliorează durerea şi elimină microlitiaza , are un puternic efect depurativ, de curățare şi eliminare a toxinelor şi eliminare a altor calcuri ce pot produce litiaza biliară. Este bun şi pentru prostatită cronică, se administrează zilnic o capsulă sau chiar la 2 zile o capsulă. In caz de litiază se iau 3/zi, timp de o lună cu 300-500 ml. apă.(dr. Horațiu Albu, 0722200657; 0216685182

Răceală la rinichi; (vezi anexita şi metro. şi epilepsia).

Retenție urinară; se mănâncă seara o pară cu coajă cu tot, sau se bea o infuzie din cojile de la 2 pere în 250 ml. apă, se lasă ¼ oră, se consumă înainte de culcare.
Coada calului, se administrează zilnic 3 pahare de macerat rece, o cură durează minimum 14 zile, cu efect diuretic şi stimulent al funcției renale.

INTESTIN

Balonare; frunze de anghinare, eficace pentru combaterea fermentației intestinale, colicilor abdominale, constipației şi ameliorarea funcțiilor hepatice, se face o infuzie din 1 – 2 lingurițe de plantă la o cană de apă clocotită, se beau 1 – 2 ceşti/zi.
Fructe de coriandru cu propietăți carminative, calmează durerile abdominale, elimină gazele, se prepară o infuzie dintr-o linguriță de fructe zdrobite la o cană de apâ clocotită, se bea întreaga cantitate pe parcursul unei zile.
Busuioc acționează ca antiseptic abdominal, se prepară o infuzie, se beau 2 – 3 ceşti/zi.
Chimen şi anason sau fenicul au aceleaşi propietăți ca plantele de mai sus.

Cancer de colon; nuci verzi (bune de dulceață), se taie în 4 cu coajă cu tot, se pun într-o sticlă, până în gât mai puțin cu 2 - 3 degete, se toarnă țuică tare, se lasă la macerat mai mult timp, dacă afară este cald se lasă 4 săptămâni. Se consumă câte 100g cu o ½ de ora înainte de masă de 3 ori/zi
Sau pulbere de cătină, ½ - 1 linguriță pe stomacul gol, înainte de masă, măreşte apetitul şi sistemul imunitar. (vezi, medicamente..)

Cancer de intestin, de rect; vezi cancer genital.

Candida intestinală; tratament cu echinaceea de 3 ori/zi cu ½ ora înaintea mesei, timp de 2 luni (sau un an). Se evită preparate care conțin drojdie, pentru că o activează. Echinaceea nu o poate elimina, dar o paralizează, încât nu mai devine activă

Colită rebelă; ca medicamente REDIGEST şi ERIDIAROM, produse naturiste sau o bucățică proaspătă de drojdie de bere pe stomacul gol, drojdia se ține în gură până de topeşte, cura durează 2 - 4 luni. Ajută la refacerea florei intestinale

Constipație; seara, pe stomacul gol se iau 2 linguri de semințe de in. În stomac , absorb mult lichid, formează un bol, care va curăța în drumul lui întreg tubul digestiv. Urmat zilnic timp de 2 săptămâni, este un excelent mijloc de dezintoxicare a organismului
Rădăcină de boz macerată în țuică (100 g. de rădăcină de boz în 1 litru de țuică, se lasă la macerat 5 zile, se păstrează în sticlă închisă la culoare.) 1 - 2 linguri de 2 - 3 ori/zi, pe stomacul gol. Cura durează 2 săptămâni, se face o pauză de o săptămână, apoi se reia cura.
Sirop de Lactulose.
Peste 30g. cicoare uscată se toarnă 1 litru de apă clocotită, se infuzează 10 min., se strecoară şi se bea câte 200 ml. dimineața, sau câte 100 ml. de 2 ori/zi.

Colon iritabil; 2 - 3 pahare de macerat rece (vezi obezitatea), din semințe de in, pe stomacul gol, înainte de mese. Mucilagiul de semințe are efect antiinflamator.

Colon iritabil pe fond nervos; extract din mlădițe de merişor, şi Sediphyt, se găsesc în farmacii.

Diaree, colita, giardia; tratament 7 zile, 50 - 100 pic. tinctură de muguri plop negru (vezi cap), pe

pâine prăjită.
Peste 100g. afine se toarnă 1 litru de votcă, se macerează 2 săptămâni, se ia 15 - 20g.

Diaree cronică funcțională; se adună 10 – 15 nuci verzi ca pentru dulceață, se dau prin maşina de tocat, se pun într-un borcan şi se adaugă aceeaşi cantitate de zahăr, se lasă la macerat 2 – 3 zile amestecându-se. Din acest preparat se ia 1 linguriță dimineața, pe stomacul gol. Preparatul este foarte puternic, scaunul se opreşte imediat, dacă boala este mai veche se mai ia câte o linguriță, dar cu grijă pentru că produce constipația. Produsul se poate păstra la rece mult timp fără să se altereze.
Eridiarom, medicament, 3 – 4 tab./zicu puțin ceai.

Dolicocolon, diverticuloză sigmoidiană; de seara se fierbe 1 sau 1,5 litri de apă de robinet, se lasă la răcit, la temperatura camerei, până dimineața. Imediat după trezire se bea o cană din apa fiartă, după care la intervale de 2 ore se mai bea o cană chiar dacă nu există senzația de sete. În acest interval de timp nu se mănâncă nimic, cel mult se bea o cafea. Nu se stă în pat se pot face diverse treburi prin casă. Din când în când se face un masaj uşor pe abdomen, concentric de la dreapta spre stânga, în jurul ombilicului, pornind de la exterior spre interior. Dacă nu se reuşeşte nimic în prima zi de a doua zi, lucrurile se rezolvă cu succes. Prin acest procedeu, se curăță intestinul foarte bine, se elimină toate toxinele şi chiar se poate slăbi. Este preferabil ca din alimentație să se elimine brânzeturile fermentate. Procedeul se repetă mai multe zile la rând. După reglarea tranzitului nu mai este nevoie de atâta apă. Va fi suficientă o cană de apă rece şi masajul uşor. Rezolvarea survine în maximul o oră.
Stafide puse la înmuiat într-o cană cu apă, ținute la frigider, iar dimineața următoare se bea apa şi se mănâncă stafidele, pe stomacul gol

Enterocolită de fermentație; se manifestă prin gaze şi balonări intestinale, tratament cu SAPROSAN 1 - 2 tb., de 3 ori/zi, sau TETRACICLINĂ 1 capsulă la 6 ore. CARBO MEDICINALIS 2 tb, de 3 ori/zi, care absorb secrețiile şi gazele din tubul digestiv, produse de fermentație şi putrefacție. Eficient este şi ceaiul anticolitic, care conține 8 plante cu efect antispasmodic şi antiseptic intestinal.
Sau se consumă suc proaspăt de cătină în combinație cu suc de morcov ½ pahar cu 3 - 4 linguri suc de cătină, de 3 - 6 ori/zi. Efecte foarte bune are şi pulberea de cătină, luată pe stomacul gol, înainte de masă, 1 linguriță rasă de 3 ori/zi, în cură de 1 săptămână. (vezi, medicamente…)

Fistulă anală; 100 g, flori de sunătoare se pun în 250 ml. alcool 90, se macerează 24 ore, se amestecă cu 500 ml. ulei de floarea soarelui şi se pun în baie de abur 3 ore, se strecoară, se pun în sticluțe închise şi se păstrează la frigider, se aplică un tampon îmbibat în soluție, de mai multe ori/zi. Se poate pune şi noaptea.
Mibazon produs la Iaşi, echivalentul celui străin Mastilone, se găseşte numai la farmacie veterinară, conține 3 antibiotice în conce3ntrații ridicate – tetraciclină, neomicină şi eritromicină

Giardia; timp de 10 zile se consumă, înaintea mesei de dimineață, 12 – 15 semințe de dovleac neprăjite, iar de 2 ori/săptămână să se consume usturoi. Sau produsele Garlic – Caps, care conțin usturoi şi pătrunjel, Para Protex, cu de protejarea organismului împotriva paraziților intestinali, a viruşilor crescând imunitatea.

Hemoroizi; 1 litru de apă clocotită cu o mână de fructe de afin se fierbe până scade la jumătate, se pune comprese.
Vezi varice ., mărul lupului unguent.
Vezi fistula, flori de sunătoare.

Infecția intestinală; 0,25 g. mărul lupului, se infuzează 4 min. cu 125 ml. apă clocotită. Se opresc din toată cantitatea 90 ml. ceai restul se aruncă. Se beau 30 ml. de 3 ori/zi, cu 15 min. înainte de masă. Cura dureaza în funcție de gravitatea bolii. Este contraindicat persoanelor cu afecțiuni cardiace.

Megadolicocolon; Spitalul Fundeni, secția Gastroenterologie Dr. Tudor Constantin, regim alimentar.

Polip pe intestinul gros; ceai de urzică proaspătă, ca alimentație, brânză de vacă, pâine prăjită, pui la grătar. Când se termină urzica se poate bea ceai de pătlagină, ambele ceaiurile beau timp de o lună. Concomitent se face clismă cu ceai, este recomandat după scaun.

Ulcer duodenal; (vezi gastrita)

Viermi ; 1 Kg. semințe de dovleac, fără coajă, neprelucrate termic, se zdrobesc în mojar sau râşniță şi se amestecă cu ½ Kg. miere şi ½ pahar de lapte. Amestecul se împarte în 3 părți egale. Care se consumă pe rând în următoarele 3 ore., apoi se iau 3 lingurițe ulei de ricin. Tratamentul este pentru tenie şi ascarizi.
Cura de lavandă pentru infecțiile cu Giardia lambia, se combină în părți egale tinctură de lavandă (vezi depresia, cap), cu tinctură de pelin şi cimbru (se fac la fel ca tinctura de lavandă), se ia 1 linguriță diluată în puțină apă, de 4 ori/zi, înainte de masă, timp de 2 săptămâni.
Se zdrobesc coaja pulpa şi semințele unei lămâi, se macerează 2 ore în 300 ml. apă clocotită, apoi se adaugă 2 - 3 lingurițe de miere, se strecoară şi se bea înainte de culcare.
Oxiuri, cât mai mult morcov crud ras.
Tenie, pentru a o elimina se consumă morcov ras pe stomacul gol în fiecare dimineață şi cu câteva minute înainte de mesele principale, după 8 zile4 se elimină.
Medicamentul **Paraprotex,** o mixtură de extracte din plante, eficientă în eliminarea paraziților.

ORGANE GENITALE

Amenoree secundară; pentru revenirea şi reglarea ciclului menstrual se foloseşte brânca ursului, salvie cu rol în funcția ovariană şi gălbenele. Pot6 fi administrate sub formă de tinctură câte 30 pic. de 2 ori/zi.

Anexită şi metroanexită; se masează cu ulei de brânca ursului (vezi scleroza în plăci) tălpile de 2 ori/zi. Suplimentar se mai masează zona bazinului, se pune o pânză şi o pătură pentru menținerea căldurii. Stimularea imunității locale împotriva răcelii.(vezi epilepsia).
Tratamentul anexitei cronice presupune igienă locală, evitarea frigului, a umezelii şi a băilor reci. Fibroza şi endometrioza care se dezvoltă pe parcurs conduc la sterilitate secundară, dureri intense la ciclu, menstre abundente cu anemie şi tulburări ale metabolismului calciului. Se recomandă aplicații externe cu tărâțe calde local de 2 - 3 ori/zi, intern 2 - 3 linguri de tărâțe fierte cu miere, pentru a evita constipația şi tratament oral cu ulei din germeni de grâu + Geneston 3/zi. Cruciferos 2/zi, vitamina C 3/zi, Ca + Mg 3/zi. Tratamentul durează 3 luni.

Bolile prostatei (prostatită); vezi infecția intestinală.
Prostata este o glandă anexă a aparatului genital masculin şi este compusă dintr-un lob median şi 2 laterali. Afecțiunile ei apar la 55 60 de ani, şi se datorează, tulburărilor hormonale împiedicând eliminarea urinei din cauza îngustării sau închiderii totale a uretrei.
Ceai de ghimpe; se bea călduț cu ½ oră de masă, cura este de lungă durată, 6 luni se beau câte 2 căni/zi, apoi 6 luni câte o cană/zi, efectele se vor vedea după 3 - 4 săptămâni.
Ceai cu urzică moartă albă; 2 căni/zi,
Castanele sălbatice; tratarea stărilor congestive, tinctură din 20g. castane zdrobite, cu 100 ml. alcool 70, se lasă la macerat 10 zile. Se iau 2 lingurițe/zi de tinctură timp de 21 de zile/ lună. Se pot face şi băi de şezut.
Semințe de dovleac; o mână de semințe se pun la uscat, se pisează cu coajă cu tot şi se prepară un decoct care trebuie să fiarbă 5 min., se beau 2 - 3 căni/zi, timp de 3 zile.
Ulei de dovleac; 1 linguriță de ulei seara înainte de culcare
Este bine ca fiecare bărbat începând cu vârsta de 40 de ani, să bea, timp de o lună pe an, ceai din următorul amestec: 10g, ienupăr, 50g. urzică moartă albă, 50g. flori de iarbă neagră, 50g. fumăriță, 50g. paracherniță, se amestecă plantele, la 1 litru de apă se pun 5 lingurițe, se fierbe 5 sec. se lasă la infuzat 15 min.

Cancer genital; clisme cu mărul lupului - 1 lingură pulbere mărul lupului, 1 lingură tătăneasă, 1 lingura muşețel, se lasă la macerat în ½ apă, de seara până dimineața, se strecoară, apoi planta rămasă după filtrare se pune la fiert cu 1 litru de apă, până când scade la jumătate. Se răceşte şi se combină cu maceratul se fac spălături. La 3 - 4 zile, iar clismă la 2 zile, lichidul se ține în intestin 10 min. Dacă nu este indicat să se facă clismă se fac zilnic bai de şezut.
În fază incipientă este recomandat produsul Cat's Claw de la firma Heritage, sub formă de capsule, 600

ml
Cura cu nặpraznic, de 6 luni, se ia o linguriţặ de 4 ori/zi, sublingual, 10 min., dupặ care se înghite cu apặ. Tratamentul se poate folosi ca adjuvant în neuplazii uterine, mamare, pulmonare, intestinale sau cu alte localizặri.
Cura cu macerat de Aloe Vera, 1;5 Kg. plantặ în vârstặ de 3 – 5 ani, se dặ prin maşina de tocat, se amestecặ cu 2,5 Kg. miere şi 3,5 litri vin roşu dulce de 18 – 20 grade. Amestecul se pune într-un vas mare de sticlặ închis la culoare, într-un loc rặcoros, ferit de luminặ, timp de 5 zile. In primele 5 – 7 zile se ia câte o lingiriţặ de 3 ori/zi, înainte de mesele principale. Zilele urmặtoare se va adặuda câte o linguriţặ în plus, la fiecare dozặ. Tratamentul dureazặ 6 sặptặmâni cu o pauzặ de 10 zile, apoi se poate repeta. (Peia Mircea, Timişoara – 0256431891)..

Cancer de prostată; vezi cancer genital

Candidoză; difulcan, 1 comprimat de 1540 mg. pe săptămină, 3 săptămini consecutiv, respectarea regulilor de igienă locală cu tratament antimicotic cu ovule clotimazol şi tratarea partenerului în aceelaşi fel.
Dophillus +FOS şi System Well, imunostimulator, acţioneazặ pe cele 7 sisteme de imunitate ale oraganismului, limfatic, epidemic, circulator, respirator, digestiv şi sistemic.

Dilatare la naştere; medicamente homeopatice, administrate cu câteva zile înainte de naştere şi în timpul travaliului. Naşterea este fără probleme, contracţii suportabile şi travaliu redus. După naştere se pot lua medicamente homeopatice pentru refacerea rapida a organismului, alăptare naturală. Sunt şi ieftini.

Fibrom, chist, adenom; tinctură muguri plop negru (vezi cap), 50 pic. 4 ori/zi intern, extern compresă cu tinctură pe tumoră 2 ore o dată la 2 zile, după 1 ora se unge locul cu cremă din muguri de plop negru - 1 pac. unt se topeşte pe foc, se fierbe 10 min., se deşartă în alt vas, fără sediment, se adăugă 1 linguriţă ceară se lasă la răcit, când este aproape să se închege se adaugă, 4 linguri de extract moale (3 - 4 linguri tinctură se pun pe o farfurie, se lasă să se evapore alcoolul - 1 linguriţă extract)
Tărâţe amestecate cu apă se lasă 4 ore la macerat, se pun în tifon se pun pe piele în zona afectată minim 3 ore. Pielea se lasă să se usuce şi se unge cu cremă de tătănească

Hemoragie abundentă în timpul cilului menstrual; de urgenţă se ia o doză unică, de 2 – 3 linguriţe de pulbere de coada calului, după care se continuă 5 zile tratament cu 1 – 2 linguriţe/zi. Planta este un puternic antihemoragic şi permite refacerea rapidă, este indicat şi în hemoragie internă.

Herpes genital; tincturặ de spânz şi tincturặ de mặrul lupului, 3 zile se face tamponare cu spânz, de 3 ori/zi, lặsând pe zona afectatặ un mic tampon cu tincturặ de spânz. Usturặ este o stare de disconfort, dupặ 2 zile apare o secreţie purulentặ se curặţặ şi se tamponeazặ mai departe. In ziua a 4a se fac tamponặri cu mặrul lupului, dupặ 5 – 6 zile nu se mai lasặ tampoane cu soluţie, dar se continuặ cu mặrul lupului şi se mai unge locul cu ulei de sunặtoare, de rostopascặ, sau gặlbenele sau hemorzon, care se aplicặ de 2 ori/zi dimineaţa şi seara.

Prostatặ hipertroficặ; 50 g. frunze sau fructe de castan se pun într-o ½ litru de alcool 50, se macereazặ timp de 2 sặptặmâni la cặldurặ şi întuneric, agitând în fiecare zi. Din aceastặ tincturặ se iau 30 – 40 pic. de 3- 4 ori/zi, timp de 3 – 4 sặptặmâni.

Prostatặ litiazicặ; seara se iau sâmburi de pepene uscaţi, (sâmburi negrii de pepene verde închis), se zdrobesc şi se fierb într-un litru de apặ, se lasặ pâna dimineaţa, când se bea ceaiul pe stomacul gol. Micul dejun se serveşte la 1 orặ mai târziu.
Acest ceai se bea timp de 10 zile, se face o pauzặ de 10 zile şi apoi se repetặ. Pietrele se eliminặ sub formặ de nisip, fặrặ dureri. Sặmburii se pot procura de4 la magazinele care vând seminţe.
pânặ când apa scade la jumặtate.
Pentru rezolvarea problemelor cu prostata se sdministreazặ doze ridicate de zinc, ajutặ la formarea insulinei şi are un efect de normalizare a activitặţii prostatei.

Sarcină toxică; rețetă magistrală preparată la farmacie, aqua menta 40g., aqua melisa 40g., aqua cloroformată 40g., novocaină 0,50g., sirop eter 150g. Se iau 3 - 4 linguri/zi, înainte de mase.
Înainte, de a coborî dimineața din pat, se consumă o bucățică de covrig. După 4 luni şi jumătate corpii cetonici care provoacă grețurile, dispar.

Uretro-prostatită; ceai de ghimpe, granule de polen şi supozitoare cu propolis, băi calde de şezut cu muşețel.

Virus Papiloma; dacă tratamentul alopat nu merge, se poate încerca cu tinctură de echinaceea, cu rol antiviral şi imunostimulator, 30 – 40 pic. de 3 ori/zi, diluate în apă. Suc de păpădie şi pătrunjel în părți egale, timp de 6 săptămâni. Vitamina C 1000 mg/zi, sau mute fructe citrice. Papiloma reprezintă un risc major în apariția cancerului de col uterin şi endometrial.

MÂINI

Palme aspre şi crăpate; 1 lingură de acid boric se fierbe într-un litru de apă, se răceşte şi se spală mâinile în ea, de 2 - 3 ori/zi, se lasă să se usuce , apoi se ung cu cremă de gălbenele, se foloseşte până la vindecare, dacă reapare se repetă.

Unghii sfărâmicioase, exfoliate; de 2 ori/zi timp de 10 zile,unghiile se ung cu suc de lămâie sau ceapă

Fractura; se consolidează mult mai repede când se administrează coada calului, bogată în săruri de calciu, magneziu, permițând asimilarea lor mult mai repede. 4 lingurițe pe stomacul gol, cu 5 min. înainte de masă.

PICIOARE

Apă la genunchi; o frunză de brusture se pune pe masă şi se zdrobeşte cu o sticlă, apoi se pune pe o compresă pe genunchi, procedura se face timp de o săptămână de 3ori/zi.

Călcâie crăpate; rădăcină de tătăneasă în 100ml. alcool 50 - 60 se macerează 3 - 4 zile, apoi se ung tălpile.
In fiecare seară după ce v-ați spălat şi frecat cu o perie sau piatră ponce, ungeți-le cu ulei de parafină 100g. amestecat cu vitamina A o fiolă, apoi încălțați-vă cu o pereche de şosete.
Sau grăsime curată de porc, amestecată cu câteva picături de ulei de măsline.
Epitelin – unguent conținînd gặlbenele, muşețel şi luminița nopții, se aplică de 2 ori/zi.

Circulație periferică; pentru îmbunătățirea ei se foloseşte hrean dat pe răzătoare 1 pahar de 100 g. ca măsură, se amestecă cu 2 pahare de 100 g. de făină de porumb, se freacă între palme ca să se umezească, se pune într-o folie de plastic, se pune piciorul, se leagă, se pune o şosetă. Cantitatea indicată este pentru un picior. Aplicarea de face seara, la culcare, se lasă până dimineața, apoi cataplasma se scoate şi se păstrează în frigider, se poate folosi 7 zile la rând. Dacă amestecul pişcă şi se produc iritații sau alergii, spălați-vă cu apă caldă şi renunțați. Pentru circulație defectuoasă procedeul se practică doar 3 nopți, iar pentru varice, ulcer varicos, flebite, se face 21 de nopți, cu pauză de 3 nopți.

Cârcei; dezechilibru metabolic de ioni pozitivi (sodiu, potasiu, calciu, magneziu). Înainte de fiecare masă se iau 2 linguriță de miere cu lăptişor de matcă, şi apilarnil. După fiecare masă se ia 1 linguriță de miere cu 6 pic. tinctură de propolis. Zilnic se bea 1 cană ceai de măceşe, una de pedicuță, una cu urzică, coada calului, busuioc. Se face reflexoterapie.

Bătături; se ia o ceapă se taie în două, de pune într-un pahar cu oțet, timp de 24 ore. Se pune pe bătătură câte o felie de două ori pe zi, dimineața şi seara.
Jumătate de smochină, pusă pe bătătură, în fiecare seară.
Durerile provocate de bătături vor dispărea dacă se pun câteva prune uscate în lapte fierbinte, apoi se pune o prună fără sâmbure pe locul dureros, se repetă până dispare bătătura.

Propolis solid, înmuiat în apă caldă, până se face ca o plastilină, apoi de aplică pe bătătură şi se fixează cu leucoplast. Se schimbă destul de des, dar înainte de o nouă aplicare se face o baie fierbinte, apoi se îndepărtează partea de piele moartă.

Dureri de picioare; 1 buc. hrean ras se amestecă cu 1 lingură de sare grunjoasă , 1 lingură făină şi spirt medicinal cât cuprinde, ca să formeze o pastă. Compoziția se pune într-un săculeț, o seară se pune pe o talpă a doua seară pe cealaltă talpă. Tratamentul durează 10 seri cu o pauză de 5 zile. In timpul celor 10 seri se bea ceai depurativ
Sau unguentul VEIULARE, antiinflamator, elimină senzația de greutate în picioare, calmează durerile şi reduce spasmele din gambe, stimulează circulația limfei şi împiedică retenția apei. Unguentul conține o substanță hirudină, secretată de glandele din gâtul lipitorilor. Suplimentar se poate lua un preparat natural PROTECT 4 LIFE, 2 tb./zi, protejează vasele de sânge şi inima.
Sau se face masaj cu ulei de sunătoare şi ulei de coada calului în părți egale, iar intern ceai de măceşe.

Guta, tinctură muguri plop negru (vezi cap), 50 pic. cu 1 linguriță de miere 3 ori/zi, timp de 3 luni.
Este o afecțiune datorită dereglării metabolismului bazelor purinice, deci nu poate elimina acidul uric, care se acumulează în sânge provocând dureri articulare, poate duce la disfuncționalitatea rinichilor.
Tratamentul se face cu un amestec de produse naturiste antiinflamatorii care contribuie la eliminarea acidului uric, dar şi la împiedicarea formării de cristale: Spirea Olmaria (elimină acidul uric), Gheara Diavolului (antiinflamator), Saponaria (antireumatic, depurativ), Solidago şi Parietaria. Produsele se găsesc sub formă de capsule, sau tincturi. Rezultatele se obțin în timp. laviniamed@libero.it
Se bea zilnic compot de mere îndulcit cu miere.
Se coace la cuptor un nap cu tot cu coajă, după ce s-a răcit, se taie în două şi se freacă locul afectat de gută.
Flori de muşețel uscate şi ulei de măsline în proporție de 1:8, se încălzeşte la bain-marie, timp de 1 oră, se pune într-o sticlă fără dop, se lasă la macerat la soare 4 zile, se strecoară şi se foloseşte la frecții.
Se amestecă într-un mixer 200 g. miez de pară, bine coaptă cu un pahar de lapte degresat. Se consumă pe parcursul unei zile câte 2 – 3 lingurițe de 3 – 4 ori/zi.
Se beau 1 – 2 pahare de suc de frunze de țelină/zi
O lậmâie coaptậ, se stoarce, sucul se pune separat într-un vas, fructul se taie în felii subțiri, se pune în 250 ml. apậ şi se fierbe 15 min. Dupậ rậcire se pune peste suc, se îndulceşte cu miere. Ceaiul se bea în fiecare dimineațậ, timp de 30 zile, apoi se face o pauzậ de o sậptậmânậ.

Infecție la un deget, panarițiu; 1 cățel de usturoi zdrobit legat cu tifon, timp de 3 zile.
Frunză de muşcată din ghiveci.
Câteva flori de crin foarte mirositoare din perioada caldă, se pun cu spirt de 70, după macerare se pune o petală pe locul afectat.
În timpul zilei frunză de aloe legată cu tifon iar seara cataplasmă cu argilă pastă.
Se rade un morcov şi de pune cataplasmă pe locul afectat.

Luxația; pentru îndreptarea ligamentelor se va fricționa zona cu oțet, ulei de măsline sau usturoi zdrobit, apoi se înfăşoară cu o bucată de pânză curată din bumbac sau lână. Se bea mult ceai de trifoi sau platan.

Monturi; se ia o foaie de varză albă crudă, i se strivesc nervurile cu o sticlă şi se pune pe mont, dimineața şi seara, timp de câteva luni. Durerile dispar după 15 - 30 min., dar cu timpul monturile se micşorează.
Se tamponează montul cu tinctură de iod, se taie o măslină în două se scoate sâmburele şi se aplică măslina pe mont, se fixează cu un bandaj, se lasă toată noaptea, tratamentul durează o lună.
Într-un săculeț de pânză se pune hrean ras, amestecat cu făină şi puțină apă caldă, până se obține o pastă, se pune pe mont, timp de 10 - 15 min., tratamentul durează câteva zile.

Picior de atlet; infecție a pielii, cu o ciupercă microscopică denumită Tinea Pedis. Ciuperca se dezvoltă pe talpa piciorului, îi plac întunericul, umezeala şi căldura - condițiile din pantofi. Cele mai afectate sunt degetele, pielea se înroşeşte, se crapă, se cojeşte, cu aspect rugos, uscat, toate fiind însoțite de mâncărimi insuportabile.
Tratamentul constă în aplicarea de 2 ori/zi a unei creme anti-micotice CLOTRIMAZOL, LAMISIL,

MICONAZOL, KETOCONAZOL, durează 2 - 4 săptămâni, chiar dacă simptomele au dispărut, deoarece infecția poate fi încă activă şi poate recidiva, dacă se întrerupe tratamentul.

Picioare bolnave; într-o sticla de 1 litru se pun frunze de panoxginsec , până la jumătate, se completează cu alcool 70, se macerează la întuneric o săptămână. Cu soluția filtrată se masează picioarele din talpă timp de 4 luni.

Picioare neliniştite; în 1945, neurologul suedez Axel Ekbom, distinge 2 forme.
Forma parestetică, cu senzație de furnicături şi strânsuri, care irită când picioarele sunt în repaus.
Forma algică, în care predomină durerea în timpul somnului. Infuzie din talpa gâştei 2 lingurițe la o cană de apă, de 3 ori/zi

Polineuropatie senzitivo-motorie; tulburare a inervației membrelor inferioare, cât şi o afectare a sistemului circular (arteriopatie, tromboflebită). Tratament cu reflexologie, acupunctură şi regim alimentar, gimnastică medicală, masaje locale şi ceaiuri . Amestec de ceaiuri format din măceşe, sulfină, talpa gâştei, coada şoricelului. Pentru masaj folosiți unguent de arnică sau ienupăr şi băi de muşețel sau mentă.

Tromboflebita; alune de pădure dar şi frunzele şi scoarța copacului, se pregăteşte o infuzie, o linguriță la 1 pahar de apă clocotită, se bea câte ¼ de pahar de 3 – 4 ori/zi.
Varice; se caracterizează prin dilatația venoasă permanentă a venelor superficiale sau profunde datorită pierderii tonicității pereților acestora. Venele safene ale picioarelor fac varice cu prioritate, factorii mecanici sunt statul în picioare şi cei hormonali, sarcina, menopauza. Au ca efect mersul greoi, crampe dureri şi furnicături. Dacă nu sunt tratate pot duce la dermite, ulcere varicoase, hemoragii şi inflamații. Repaus la pat cu picioarele ridicate, folosirea ciorapilor elastici şi cure termale. Regimul alimentar trebuie ținut 42 - 45 zile, pentru rezultate bune, se consumă numai ; orez, grâu, porumb, supă fasole boabe mari, produse lactate, exceptând iaurtul şi telemeaua, dovleac, castravete, spanac, miere, struguri şi alte fructe, între mese se va bea apă. Alimente interzise; carne porc, de vită, de berbec, de bivol, peşte, alcool, sare, fructe acre, lămâi, roşii, ananas, condimente iuți, fasole soia, ulei de susan, băuturi fierbinți, ceai, cafea, cartofi, ridichi, legume verzi, iaurt, oțet, mâncăruri grase, alimente fripte sau prăjite. Masajul
se face din mijlocul tălpii până la scobitura ei, aproape de călcâie, timp de 10 min. pe rând ambele picioare. Grâuşor infuzie din 1 linguriță sau 2 în 200ml. Apă clocotită timp de 15 - 2o minute, se pun compresii locale
Mierea şi usturoiul, eficiente în cazul afecțiunilor vasculare ale picioarelor, varice, artrita, în cazul cardiopatiei ischemice, 250 g. miere se amestecă cu 250 g. usturoi pisat, se macerează 7 zile, se ia 1 lingură cu 4o min. înainte de masă, de 3 ori/zi, timp de 2 luni.
Alifie; 5g extract de mărul lupului cu 50g untură fără sare, se ung zonele bolnave.
Frunzele se culeg înainte ca planta să înflorească. **Planta se foloseşte numai pentru uz extern.**

Vene trombozate; seara cataplasme cu varza crudă, pe zona afectată faşă de bumbac şi apoi se acoperă cu lână. Dimineața se scoate varza şi se spală locul cu vată înmuiată în apă cu sare (1 linguriță sare la o cană cu apă fiartă). Tratamentul se face până se vindecă locul.
Tinctură de spânz; într-o sticlă închisă la culoare se pune rădăcină de spânz 1 cm. 6 cm. Alcool 60, se lasă la macerat 30 zile la întuneric, se pun compresii locale, pe pilea sănătoasă fără răni şi zgârieturi, vă spălați pe mâini şi pune-ți sticla la loc ferit pentru că este o plantă otrăvitoare. Este eficientă şi în tratamentul local al artrozelor.
Infuzie din 1 lingură frunze de alun şi 1 lingură scoarță de alun de pădure în 1 pahar cu apă clocotită. Se bea câte ¼ din pahar de 3 - 4 ori/zi înainte de masă.
Tinctură din 50 g. flori sau fructe de castan în 500 ml. alcool de 50, se lasă 1 săptămâni într-un loc cald şi la întuneric, agitând vasul zilnic .Se iau câte 30 - 40 pic. de 3 ori/zi, timp de 3 - 4 săptămâni. Preparatele din castan scad tensiunea, întăresc pereții capilarelor şi ai venelor, previn formarea cheagurilor şi acționează la dizolvarea lor. Preparatele din castan se folosesc intern şi extern pentru tratarea hemoroizilor, crampelor vasculare, tulburări digestive, în dischinezie biliară.

Veruci plantare; 2 lingurițe unguent de gălbenele, se amestecă cu 1 linguriță de acid salicilic, se omogenizează, se ung bătăturile, fără a atinge pielea în jur, se pune o bandă de leucoplast peste

bătături, se pune o şosetă de bumbac. Se scoate şoseta şi banda de leucoplast, care se va dezlipi cu bătătură cu tot. În cazul când bătătura nu se dezlipeşte de tot, se va ține piciorul timp de 30 min. într-un litru de apă caldă cu un vârf de cuțit de acid salicilic. După o bună înmuiere se răzuie cu unghia bătătura. Pentru bătăturile mai vechi care se desprind mai greu, se repetă tratamentul. După scoaterea bătăturii se unge locul cu unguent de gălbenele.
Următorul tratament, este cu Dulcissima de la Ardes Cosmetici, o pomadă pe bază de camfor natural, mentă şi mentol, care elimină monturile şi bătăturile.

Vinişoare bleu; se atenuează foarte bine cu cremele Gheara diavolului şi Arnică, de la Ardes Cosmetici,
se masează zilnic picioarele de jos în sus.

OASE, COLOANA VERTEBRALĂ

Artroză; pe fondul kilogramelor în plus, activitatea articulațiilor şi mai ales a genunchilor se desfăşoară cu mai mare dificulate. Cea mai bună soluție este slăbitul şi simtomele artrozei vor scădea în intensitate. Vitamina C dă rezultate bune, se consumă citrice, pătrunjel, coacăze negre. Sucuri de legume, țelină, morcovi, roşii, varza albă.
Să se consume de 2 ori/săptămână peşte – somn, macrou, ton, hering, reduc inflamarea articulațiilor. Se evită grăsimile animale, se consumă lactate semidegresate, carne de pui şi vită. Decoctul de salcie acționează la o aspirină naturală, calmând durerile. Se beau câte 3 ceşti/zi. Şi ceaiul de crețuşcă are rol antiinflamator.

Anchiloza; 20 lame de ras din oțel inoxidabil se bagă într-o sticla de lapte cu gura mare, se toarnă ½ litru de esență de oțet, se acoperă cu un dop, se scutură în fiecare zi. Se aşteaptă până se dizolvă toate lamele. Cu lichidul rezultat se aplică comprese pe locurile anchilozate, până ce pielea se înroşeşte. Înaite de a se folosi şi după se unge locul cu alifie de gălbenele.

Cifoscolioză şi spondilită dorsală; dr. Viorel Butnaru, cabinet SOMAVITA, str. General Berthlot nr. 86, sec. 1, tel. 3120602.

Dureri lombare; dormitul pe o suprafață tare. Se fac băi de şezut cu coada calului, în care se stă 20 min. După 3 băi, durerile dispar.
Se pune la macerat în 200 ml. spirt medicinal următoarele plante, fructe de tuia, sunătoare, sânziene şi tătănească, câte 20 g. din fiecare, se țin la macerat într-un borcan cu capac timp de 12 ore, apoi se fierb la bain-marie timp de 3 ore, în 400 ml. ulei de floarea soarelui. Se filtrează şi se adaugă 10 ml. ulei volatil de cuişoare. Cu acest ulei se face masaj începând de la baza capului, de-a lungul coloanei, insistând în zona lombară.
Tratament cu Balsam de rozmarin de la Ardes Cosmetici, o cremă termogenică, pe bază de camfor natural şi rezorcină. Este recomandat de medicii naturişti ca activator circular în afecțiuni musculare, articulare, inflamații şi reumatisme.

Durei articulare; Bio-seleniu+zinc, Bio-Marin Plus.

Dureri de spate; tratamentul terapeutului Tiberiu Kovacs tel. 0744/160118, din Zalău, jud Sălaj, remediază afecțiuni de coloană, mâini, picioare, scolioză,hernie de disc, torticolis, dorsargii.
Joint Protex, Shark Aid, Primose Oil – toate se iau cu ½ oră înainte de masă. Este benefic în scolioză, spondiloză, spondilită, hernie de disc, discopatii, inflamații articulare, reumatism, crampe musculare, întinderi de ligamente, durerea genunchilui.

Hernia de disc; raze calorice în fața sobei, cu uşa deschisă, când este numai jar, cu spatele gol. Durata unei şedințe este de 20 min. dimineața şi 20 min. seara. După 10 - 15 şedințe durerile se diminuează, iar după o lună au dispărut

Osteoporoză; 200 g. făină de orez, 200 g. miere de pădure, 50 g. polen, 100 ml. lapte dulce nefiert, se omogenizează, se păstrează în vase închise la culoare şi la frigider, se iau zilnic 3 linguri, cu 2 ore înainte de masă, până se termină.

Tratament cu Tonocalcin, 3 injecții/săptămână, timp de 2 luni, Calciu cu vitamina D, drageuri 3/zi, 15 zile/lună, timp de 6 luni, Fosamax 70 mg. 1/săptămână, timp de un an, Celebrex 2/zi, 10 zile/lună, timp de 3 luni.

Poliartrită reumatoidă; Bio-seleniu+zinc.

Reumatism; bucăți de țelină se opăresc în clocot, după de s-a răcit puțin se bea zeama în care au fiert legumele..
Țelina fiartă se toacă cu puțină făină, lapte şi miere, se amestecă până se obține o pastă, se poate consuma ca salată, umplutură pentru cartofii fierți sau unsă pe pâine prăjită.
Se beau 1 – 2 pahare de suc de țelină/zi , tratament cu efecte foarte puternice
Frunze de țelinạ opạrite cu apạ clocotitạ, se lasạ sạ se rạcească şi se pun pe articulațiile dureroase, timp de 2 ore.
Ceaiul de pătrunjel luat înainte de masă, stimulează rinichii, ceea ce previne manifestarea accentuată a reumatismului.
Ca remediu extern, pentru gută şi reumatism, cel mai indicat este cu o bucată de lână, ținută deasupra unui vas cu aburi. Când lâna absoarbe vaporii fierbinți de apă, se pune compresa pe zona afectată. Peste compresa calda se pune o pânză unsă cu unguent antireumatic, cu rol în a provoca perspirația. Se schimbă compresa de câte ori s-a răcit.
Ulei de dafin. 30 g. frunze uscate şi pisate se pun în 200 ml. ulei vegetal, se macerează 5 - 6 zile, se masează zona dureroasă.
Loțiunea cu ulei de in şi terebentină, ajută la alinarea durerilor.
Amestecul a 4 - 5 căței de usturoi cu puțin ulei de măsline, se pune cu o compresă pe zona afectată, mai ales la gută.
Vezica biliară de la porc cu pieliță cu tot, alcool rafinat sau țuică 1 litru, se lasă la macerat 6 săptămâni, se filtrează apoi se frecționează locurile dureroase.
Uleiul de angelică şi spirtul – preparat din ulei de angelică, camfor, alcool – se frecționează locul afectat.

Sciatică; se pot prevenii durerile prin masarea zonelor afectate cu ulei de muşețel

ratament pentru reumatism, osteoporoză, artroză, **contraindicat la boli cardiovasculare**.
- baie cu apă fierbinte timp de o ora
- îmbrăcat în halat de baie flauşat îmbibat în apă rece şi oțet de mere şi culcat pe pat fără saltea, învelit complet în pături, lângă pat se pune un calorifer dat la maxim.
- peste bolnav şi calorifer se mai pun 2 pături..
- halatul se usucă apoi bolnavul transpiră până îl udă.
- bolnavul stă nemişcat timp de 2 ore - iese un miros urât.
- se schimbă în haine călduroase şi mai stă în pat 3 ore.
- în timpul tratamentului şi apoi 6 - 12 ore după să nu ajungă frigul la bolnav
- tratamentul se face pe nemâncate pe nebăute.

Keratodermie; starea pielii este în legătură directa cu starea intestinului gros, se recomandă un regim în care să se elimine proteina animală (carne, ouă, lapte) să se consume legume şi fructe pentru fibrele de celuloză şi vitamine.

Noduli provocați de injecții; compresii cu felii subțiri de lămâie, după 4 ore se schimbă cu altele până dispar definitiv.
Comprese cu bitter suedez după ce se unge locul cu cremă de gălbenele, se lasă câteva ore sau toată noaptea

Negi; se ung de 2 ori/zi cu zeamă de păpădie.
Coaja de la 2 lămâi, se lasă la macerat 8 zile în 500 ml. oțet de fructe, se ung negii de 2 ori/zi, se repetă până la dispariție.
Metioninạ, se ung negii, care se usucạ şi dispar, fạrạ a lạsa urme. Apariția negilor este favorizatạ de o proastạ funcționare a ficatului, tocmai din lipsa acestui acid metionina. Trebuie tratat ficatul.
Se spalạ porțiunea afectatạ cu sạpun şi apạ. Se şterge fạrạ a freca, apoi se ia un melc cu cochilie din

grădină şi se lasă să meargă cu talpa lui pe zona respectivă. Tratamentul se face dimineaţa şi seara, până la vindecare. După ungere rămâne un strat foarte subţire făinos, nu se şterge, acesta vindecă. în 2 – 3 zile zona afectată.
Cretă albă simplă, se fereacă negul timp de 10 – 15 zile până se usucă.

Pete pe piele; se beau zilnic pe stomacul gol 2 - 3 căni de decoct de rădăcină de măcriş, având efect benefic asupra ficatului. Cura durează 1 lună, este mai eficientă dacă se adaugă şi 1 linguriță de trei frați pătrați.

Pete brune; se mai numesc „pete de ficat", zilnic se freacă petele cu ulei de ricin, seara şi dimineața, timp de 1-2 luni. Pentru cura internă se prepară un ceai de sunătoare, infuzie 1 lingură de plantă la 250 ml. apă fierbinte, se beau 2 căni/zi cu ½ de oră înainte de masă. Trebuie ţinută o dietă hipocalorică, fără grăsime de animal, preparate cu unt şi dulciurile cu cacao

Pitiriazis; răşină proaspătă de brad sau pin se aplică direct pe zona afectată..

Pitiriazis versicolor; netratată această ciupercă se întinde pe tot spatele, devenind inestetică. Vara petele nu se bronzau. Se poate folosi Clotrimazol unguent.
Se mai poate folosi Selegel shampoing dermatologique produs de Laboratoarele Ducray Paris, este în farmacii. Se spală cu el pe tot corpul, timp de 2 săptămâni, zilnic. La duş se lasă să acționeze timp de 5 min., se dă pe tot corpul din cap până în picioare, nu se foloseşte alt şampon
Sau Biazol 1% (Bifonazol), tratament folosit câteva săptămâni.
Sau o soluție din ; acid salicilic 4 g., rezorcină 8 g., alcool 70 200 ml..

Pitiriazis uscat; unge cu vaselină salicilică 10%, în fiecare dimineață 3 zile la rând, în fiecare seară spălați-vă, iar în apa de clătit pune-ţi infuzie de urzică

Protecția pielii la frig, vânt, radiații solare; se unge pielea cu un strat subţire de ulei de cătină înainte de a fi expusă la factorii agresivi de mediu, având efect de filtrare a radiațiilor ultraviolete şi a altor tipuri de radiații cu efecte nocive.

Psoriazis; acid formic D30 , aplicații cu pudră de grafit. Lecitină 9 capsule/zi de 3 ori înainte de masă. Ceai de viorele de câmp 60g. la 1 litru apă, 3 căni/zi. Se evită complet zahărul, cafeaua, grăsimile, prăjelile, făinoase, alcoolul şi alimentele acide. Se consumă numai legume şi fructe. Morcovii au un rol deosebit cu valoare nutritivă mare, cereale, grâu, făină de porumb. Pentru golirea intestinului se ia 1 linguriță de ulei de măsline la 3 zile. După ultimele descoperiri ceaiurile de lumânărică, muşeţel, tei şi brusture ajută la epurarea organismului. Masaj cu ulei de arahide pe leziunile cutanate. Se va masa şi coloana vertebrală pentru stimularea nervilor şi circulația sângelui. Tărâțe puse la macerat şi apoi comprese pe locul afectat 1 dată /zi apoi locul se unge cu cremă de tătănească
Dezintoxicare 7 zile cu ceai de tei şi ceai de urzică neândulcit, 3 căni/zi alternativ, o zi tei, o zi urzică.
Alimentație fără sare - sarea este un blestem, alcool, condimente, pâine, murături, slănina, mezeluri, telemea, conserve, nici un fel de dulce (zahăr, fructe, ciocolata), bulion, cafea, tutunul.
Alimente permise, brânza dulce de vaci, cartofi fierți, copți cu margarină şi brânză, mămăligă fără sare, lapte bătut, salate crude date pe răzătoare, cu lămâie sau cu ulei crud, sucuri naturale de țelină, sfeclă, morcovi. Borşi proaspăt 1 litru/zi, ouă moi sau româneşti, carne slabă de găină, de pui, de vacă sau vițel - fiartă, rasol sau friptură la grătar, peşte slab, piure de cartofi, ceaiuri de urzică, tătănească, rostopască, sunătoare, coada şoricelului, în loc de apă.
Post de 24 ore/ săptămână, vinerea
Tratament intern de minimum 2 luni cu lei de cătină 20 pic. de 3 ori/zi.

Scabia (râia); boală iritantă, netratată la timp, poate căpăta forme grave ce pot provoca moartea. Pentru a scăpa de mâncărimile date de scabie, se foloseşte uleiul de rozmarin, se freacă pielea din oră în oră, până se observă o ameliorare, apoi se răreşte progresiv tratamentul. Vechii scandinavi puneau pe zonele afectate felii de măr decojite. Sau un amestec din 2/3 de oțet cu 1/3 apă, sau o cremă pe bază de bicarbonat de sodiu. Înainte de a aplica pe piele unul din remediile de mai sus, este indicată o baie fierbinte, să se frece pielea cu un burete aspru, porii pielii se deschid, fapt ce contribuie la o vindecare mai rapidă. Nu se mai face baie timp de 12 ore.

Se taie un măr în două, se scot mijlocul şi semințele, în golul rămas se pune puțină floare de sulf. Cele 2 părți se leagă cu o sforicică se pune la cuptor se coace. Se lasă la răcit, se zdrobeşte şi se frecționează părțile bolnave cu terciul obținut.
Pentru rufărie se foloseşte leşia, în loc de detergent, se pune într-o găleată cenuşă de cu seara, peste ea apă, a doua zi apa limpede se foloseşte la spălat lucrurile contaminate şi lenjeria. Pielea se freacă cu o pomadă, din cenuşă şi gaz, pe locurile afectate.

Transpirație excesivậ; se bea ceai de salvie, crețişoarậ, coada calului, o canậ dimineața pe stomacul gol o perioadậ cât mai lungậ.

Zona Zoster; 10g. muşețel, 25g . rozmarin, 25g. levănțică, 10g. cimbru, 20g. brusture, 20g salvie, se amesteca, se face o infuzie 1 linguriță la 1 cana apă clocotită, se pun comprese călduțe pe locul afectat timp de 15 min. de câteva ori in 1 zi.
În a 2 a zi, 2 g, rozmarin, 1 g. ulei ienupăr, 90 ml. alcool 90, se amestecă, se unge locul afectat de 2 - 3 /zi. Se iau zi 1g. ulei citronela, 1g. ulei levănțică, 2g. ulei busuioc, 2g. ulei salvie, 1g. ulei cimbru. 2g. ulei vitamine naturale sau B
Sau pentru creşterea imunității se ia SPIRULUNĂ 400 mg., câte 3 tb. /zi, 2 dimineața şi 1 la prânz, cu 30 min. înainte de masă şi tinctură de Echinaceea, 30 pic. de 3 ori/zi. Împotriva infecției dimineața şi seara câte 30 pic. propolis, pe o bucățică de pâine. Pe locul inflamat se pune o foaie de varza crudă, zdrobită cu sticla. Dimineața după igiena locului afectat se unge cu alifie de gălbenele.
Sau 100 g. ceară de albine, 25 g. răşină de brad, 50 g. untdelemn, 250 g. margarină. Se topeşte ceara, răşina, margarina, apoi se adaugă uleiul, se păstrează în recipiente la rece. Se aplică pe locul afectat de 2 - 3 ori/zi.
Sau unguent Zona Zoster Lis de dr. Ciuhri. Durerile dispar după câteva ore de la aplicarea medicamentului. În paralel se mai ia Sinerdol.

MEDICAMENTE, CEAIURI, UNGUIENTE

Acidophilus & Bifidus; recomandat în balonări, colon iritabil, diaree, constipație cronică, candidoze intestinale şi vaginale, tulburări ale florei intestinale, cauzate de tratamente cu antibiotice, expunere la agenți patogeni prezenți în alimente sau apă.(produs de Mondopharm Corporation).

Aloe vera; capsule cu soluție lichidă, menține sănătos tractul digestiv, rezolvă problemele neplăcute ce survin primăvara: slăbiciune, iritații gastrice, acutizarea ulcerului, constipația şi problemele hepatice.
Macerat; aloe vera în vârstă de 3 – 5 ani, 1,5Kg., ne udată de 5 zile se dă prin maşina de tocat, 2,5 Kg. miere pură, 3,5 litri de vin roşu tare de 18 – 20 grade şi dulce. Toate ingredientele se pun într-un vas de sticlă brună, se amestecă, se lasă la întuneric, timp de 5 zile. Apoi se ia după cum urmează, primele 5 – 7 zile câte o linguriță de 3 ori/zi, cu 2 ore înainte de masă. In zilele următoare doza se creşte cu câte o linguriță de 3 ori/zi cu o oră înaintea mesei. Cura este de minim de 2 săptămâni. Este recomandată în TBC pulmonar, ulcer gastric, artrita, angina, gripa, astm, scleroză, hipertensiune, trombo-flebită sciatică, septicemie, gută, paralizie, reumatism, tulburări cardiace, afecțiunile rinichilor, organelor genitale.

Arnică gel; 2 plante sunătoare şi arnică, echimoze, vânătăi, contuzii, oboseală musculară.

Ananas; sucul conține o enzimă, numită bromelaină, cu proprietăți antiinflamatorii. Se pune suc pe locul unde s-a făcut o extracție dentară, pentru a evita umflarea sau se bea suc pentru a calma durerea din gât.

Angelica; o legendă străveche spune că un înger i s-a arătat în vis unui pusnic, ținând în mână o plantă, cu puteri miraculoase, care ar putea să vindece ciuma, să apere de spiritul răului, de vrăjitorii, de farmece. De-a lungul secolului, botaniştii au folosit-o în timpul epidemiei de ciumă, din Italia în 1510, în Renaştere, medicii au numit-o „rădăcina Sfântului Spirit”. Chiar dacă legenda a exagerat însuşirile plantei, angelica are într-adevăr numeroase virtuți medicale.
In bucătărie angelica de grădină, se consumă integral, mugurii cruzi şi tocați se consumă la salate, peşte şi desert, aromatizându-le. Laponii şi irlandezii consumă tulpina pe post de sparanghel, fiartă în lapte.

Frunzele mature se adaugă la ciorbe, supe, în cantitate mică. Tijele tinere, confiate în zahăr, parfumează şi decorează patiseriile. Florile aromatizează băuturile, gin, vertmult, dulciurile. Fructele foarte picante sunt utilizate drept condiment.
In medicină, infuzia din rădăcină calmează isteria, nevralgiia, durerile reumatice, stimulează pofta de mâncare, reduce fatulența, stimulează digestia, uşurează durerile de stomac, vindecă gripele, răcelile, bronşitele cronice şi anemia. Ceaiul din frunze uscate sau proaspete combate balonările şi erupțiile cutanate.
Uleiul şi spirtul de angelică, preparat din ulei de angelică, camfor, alcool, se folosesc ca frecții pentr4u durerile reumatice.

Avocado; bogat în vitamina E şi C, potasiu şi fibre, acid folic care exclude riscul dezvoltării unor anomalii genetice la copil în cazul femeilor gravide, apără ficatul de acțiunea toxinelor dăunătoare, conținând substanțe care apără ficatul de hepatită. Conțin multe calorii, depăşind carnea şi ouăle, pentru absența grăsimilor nesaturate scade nivelul colesterolului (o ½ de fruct/zi), scade tensiunea arterială, nu este interzis în diabet. În cazul gastritei acide scăzute şi anemiilor este recomandat. Este folosit în stimularea intestinului. Măştile cu Avocado sunt indicate pentru tenul uscat. În psoriazis pentru calmarea mâncărimilor se consumă în fiecare zi o ½ de fruct, pe lângă medicamentele prescrise. Coaja, frunzele şi ramurile se folosesc împotriva viermilor intestinali.

Bioparox spray; candida albicans

Caise; cel mai puternic efect îl are miezul sâmburelui, care conține vitamine şi minerale nu numai în reducerea incidenței cancerului ci şi în terapii de întinerire şi revigorare.

Calciu; asigură bătăile regulate ale imimii, se ia împreună cu vitamina D.

Cartilagiile de la copanelor puilor; au un conşinut ridicat de calciu.

Cătina; planta capabilă să trăiască în sihăstrie, pe povârnişurile sărace de piatră, rabdă foamea, setea, căldura din şesurile Europei şi frigul din Himalaya şi Alpi, fiind una din cele mai adaptabile plante de pe Terra. Se poate găsi la 2000 m. altitudine în Alpi, dar şi la 5000 m. în Himalaya. Fructele sale portocalii se coc la începutul toamnei şi rezistă pe ramuri până primăvara. Fructele se pot culege şi iarna pe îngheț, conțin maximum de vitamină C. De regulă se recoltează ramura cu fructe cu tot, arbuştii supuşi acestui tratament, primăvara vor scoate mai multe ramuri noi.
Fructele proaspete sunt desprinse de pe ramuri cu ajutorul unei furculițe. Uscarea fructelor se face pe ramuri, la temperaturi mari de 40 - 50 grade (în caz contrar fermentează şi le scade puterea terapeutică), până ce fructul capătă consistența şi aspectul unei stafide.
Pulberea de cătină; fructe uscate, măcinate cu râşnița. Se ia 1 linguriță de pulbere 3 - 4 ori/zi, pe stomacul gol, se ține sub limbă câteva min., apoi se înghite cu apă.
Suc proaspăt; zdrobirea se face într-un vas de porțelan, cu o lingură de lemn, se formează o pastă, care va fi consumată imediat, pentru a nu se oxida.
Sucul de cătină nu se consumă singur ci în combinație cu suc de morcov, ½ pahar amestecat cu 4 - 5 linguri de suc de cătină, pe stomacul gol, de 2 - 3 ori/zi.
Sirop de cătină; suc proaspăt de cătină, 1 parte se amestecă cu 2 părți de miere, se omogenizează, până se formează o pastă, se păstrează în borcane bine închise în loc întunecat şi răcoros. Se iau 4 - 6 lingurițe/zi.
Ceaiul de cătină; extractele în apă obținute din cătină, nu sunt eficiente, deoarece vitaminele A, E, F, se pierd. Este bine de înlocuit ceaiul cu *pulberea*, sucul sau siropul de cătină.
Uleiul de cătină; fructele de cătină mai ales coaja, conțin 2 - 8% ulei gras, cu proprietăți terapeutice puternice, care nu se poate obține casnic, ci cu ajutorul unor instalații speciale. Acest ulei conține vitaminele A şi E, asimilate uşor de organism, cu efect regenerator.
Adulții pot lua 20 pic. de 3 ori/zi, copiii peste un an 5 pic. de 3 ori/zi
Uleiul de cătină este un elixir pentru ochi, mărind acuitatea vizuală, combate oboseala oculară, încetineşte evoluția bolilor, datorită vitaminei A.
Fiind bogat în vitamina E, vitamina tinereții şi fertilității, tratamente de 2 - 3 luni ajută activității glandelor sexuale.
Regenerează țesuturile după arsuri, răni, operații, după o cură de 1 lună, micşorând timpul de

vindecare.

Ceai de fortificare; 250g măceşe uscate cu 1 litru de apă clocotită se pun la macerat 12 ore, se filtrează se amestecă cu 500g miere, se fierbe .Siropul se consumă cu apă minerală

Ceai anti-cancerigen : planta LARREA MEXICANA, ½ linguriță de plastic sau de lemn de pulbere într-o cană cu apă clocotită. Se bea ceaiul cât se poate de fierbinte şi o ½ ora nu se bea şi nu se mănâncă nimic. Se bea timp de 2 luni apoi pauză 2 săptămâni.
ATENTIE : se întrerupe tratamentul dacă urina se închide la culoare sau se îngălbenesc ochii.

Ceapă verde sau uscată; reduce incidența cancerului, ovarian mamar, genital la bărbați, renal şi tiroidian. Ajută la echilibrarea hormonală. Este prin excelență un bun diuretic, elimină ureea şi sodiul în exces. Şi în tratamente externe favorizează eliminarea apei. Cu o jumătate de ceapă proaspătă se freacă în zona rinichiului, ori în partea de jos a abdomenului, în dreptul vezicii urinare, pentru a constata o creştere de 25% a debitului urinar. Aceleaşi masaje au efect bun şi în caz de sciatică. Cura de tinctură de ceapă (vezi colica renală), este benefică şi pentru gută, edeme, retenție de urină, reumatism, albuninurie. Elimină toxinele din organism, prin transpirații abundente. Consumată sub formă de tinctură nu mai miroase.

Cholestone; medicament pentru scăderea colesterolului, care conține în formula sa, ulei de in, usturoi, pectină de măr, lecitină, crom, vitamina C şi E. Cură de 3 luni

Cireşe şi vişine; protejează rinichii, căile urinare şi intestinul, prin capacitatea lor de dezintoxicare. Sunt recomandate cure de **7**-10 zile, în care se consumă 1/2Kg./zi.

Clor; în cantitate insuficientă duce la căderea părului şi a dinților.

Coacăz negru; pe lingă hipotensor este antiaterosclerotic si diuretic, putînd elimina din organism acidul uric în exces prezent în sânge

Coral D; sursă naturală de calciu de origine biologică şi a 73 minerale asociate cu magneziu şi vitamina D, pentru deficit de calciu şi magneziu.

Extract muguri de carpen; colon iritabil.

Flavotan; stimulează şi protejează funcțiile cerebrale, afecțiunile circulatorii cerebrale, atenția, tulburări de memorie, hipoacuzie şi vertij.

Finocarbo plus; cărbune vegetal, muşețel, balsam de lămâie ulei vegetal, ajută la absorția gazelor, stimularea secrețiilor biliare şi gastrice.

Gazex; „sindrom dispeptic" (dureri abdominale, balonare, flatulații, greață, regurgitare, hiperaciditate),conține ghimber, componentă principală a produsului

Ginger; rădăcina are proprietăți antiinflamatorii şi protejează stomacul de iritațiile cauzate de medicamente. Este indicat şi în cazul migrenelor şi grețurilor.

Golden Yacca; curăță şi dezinflamează intestinul gros (colonul), imuno-stimulator, reduce colesterolul, elimină toxinele.

Hepaton plus; conține fosfolipide, care protejează celula hepatică şi împiedică acumularea de colesterol în ficat, papaia, o enzimă vegetală, care contribuie la digestia proteinelor, uşurând rolul ficatului, Mg, Zn şi vitamine cu rol detoxifiant şi de stimulare metabolică. Se administrează până la 3 comprimate/zi.

Insuveg; insulină vegetală inventată de un român Dr. Farm. Ovidiu Bujor, produs de Laboratoarele Fares Bio Vital, intervine în metabolismul glucidic ducînd la scăderea glucozei. Se recomandă în

diabetul de tipII şi adjuvant în diabetul de tipI.

Îndulcitori artificiali;
Zaharina; este de aceeaşi vârstă cu zahărul fiind descoperită în 1879, este foarte săracă în calorii şi de 200 - 500 de ori mai dulce decât zahărul, s-a impus ca hrană pentru diabetici şi supraponderali.
Din 1977, experimentele de laborator pe animale au scos în evidenţă anumite efecte toxice. Măreşte indicele de apariţie al cancerului vezicii urinare, celui genital şi de prostată. Apoi s-au demonstrat indicele de toxicitate asupra sistemului hormonal, a activităţii nervoase şi imunităţii.
Din 1996 în S.U.A. este pe lista alimentelor cu potenţial cancerigen, iar în Canada este interzisă.
Aspartamul; a fost descoperit în 1965, are o putere de îndulcire de 200 de ori mai mare decât zahărul, costă mai puţin şi nu are nici o calorie. Este în compoziţia sucurilor light, a ciocolatei, bomboanelor şi produselor de cofetărie. Este îndulcitor de bază al unor produse ca; Equal, Nutra Sweet.
Are şi efecte adverse constând în dureri de cap, greaţă, palpitaţii, mâncărimi, dureri la încheieturi, insomnie, pierderea memoriei.
Testele făcute la Institutul de Medicină Aero-spaţială din S.U.A., au dat primul semnal, sucurile şi dulciurile consumate de piloţii liniilor aeriene, dau probleme de concentrare, pierderea temporară a auzului, tulburări de vedere, iritabilitate, deci sunt contraindicate.
Al doilea semnal, a fost în rândul copiilor de vârstă şcolară, a apărut o proliferare a violenţei, culminând cu atacuri armate asupra profesorilor şi colegilor.
La nivelul anilor 2000, legislaţia mai multor ţări interzice introducerea în alimente a acestui îndulcitor, acuzat de producerea mai multor boli şi tulburări, depresia insomnia, parkinsonul, Alzheimer, scleroza în placi, diabetul şi bolile tumorale.
Din păcate în ţara noastră e folosit în sucurile light, energetice, produse dietetice, bomboane mentolate, gumă şi în multe alimente şi suplimente nutriţionale de slăbit

Îndulcitori naturali;
Mierea de albine; îndulcitor ideal pentru ceai, lapte, cafea, suc. Nu poate fi folosită la prepararea unor prăjituri, nici a cozonacilor, (aluatul îndulcit cu miere nu creşte), preparată termic la 70 grade devine toxică.
Zahărul brut; granule ca zahărul obişnuit dar sunt închise la culoare. Pentru gătit se comportă ca şi cel obişnuit, dar are punctul de topire mai jos, face mai puţină spumă.
Firma exportatoare Sano-Vita 021.222.03.47, 072237186.

Lămâia; sucul stimulează pofta de mâncare. 2 linguriţe de suc, neândulcit cu 1 pahar de apă, se bea înainte de masă cu ½ de oră, ajută la stimularea fluxului de salivă şi a sucurilor gastrice..

Lenicalm; 3 plante, vinariţă, păducel şi tei, pentru insomnie, reduce nervozitatea la adulţi şi copii.

Lipostop;combinarea oţetului de mere cu bio-crom, care stimulează procesele de ardere a grăsimilor şi a glucozei în sânge, scade apetitul pentru dulciuri, transformă depunerile adipoase în energie.
Liv. 52; hepatoprotector şi detoxifiant, un supliment nutritiv care optimizează funcţiile ficatului. Conţine cicoare, coada şoricelului, dar şi plante din zonele înalte din Himalaya, precum Tamarix gallica, cu rol tonic, reglator al metabolismului hepatic.

Livo smilin; remediu naturist, protector al ficatului, cu dublă acţiune asupra viruşilor, toxinelor, cât şi împotriva modificărilor patologice ale ţesutului hepatic, care apar în aceste cazuri. Regenerează celula hepatică, ameliorează circulaţia sanguină intahepatică şi a proceselor metabolice.

Lactat de magneziu şi vitamina B6; carenţe de magneziu şi vitamina B6, datorate alimentaţiei dezechilibrate, efort fizic, stres, anxietate,astenie, insomnie, spasmofilie, palpitaţii.

Macerat de usturoi; 2 căţei de usturoi pisaţi se macerează o săptămână în 250ml. vin alb natural. Se bea câte 1 linguriţă dimineaţa 3 săptămâni

Măcriş; frunzele lui stimulează digestia, efect detoxifiant,neutralizează otrăvurile preluate din mediul înconjurător, pareze ale nervilor periferici, adjuvant în hemiplegie (1/2 pahar de suc dimineaţa şi seara, timp de 2 săptămâni cu una de pauză). Raţia maximă zilnică pentru un adult este de 70-100 g., peste

această doză apar fenomene de demineralizare, tlburări digestive, ameţeli, tulburări nervoase.

Mărarul; folosit ca adaus la mâncare, dar şi ca medicament, fiind menţionat într-un papirus egiptean vechi de 4000 de ani. Este intens folosit de medicina tibetană şi indiană, unde este administrat ca tonic digestiv, antiinfecşios şi antiinflamator. In antichitate era preţuit de romani, fiind un remediu contra tulburărilor digestivă şi a durerilor de cap ce apăreau după petrecerile îmbelţugate. Sucul proaspăt se dădea pentru bolile de inimă, contra tusei.

Mărul lupului, unguent; 6 linguri tinctură se lasă pe o farfurie până se evaporă alcoolul şi rămâne o pastă groasă, care se amestecă cu ¼ dintr-un pachet de unt uşor înmuiat lângă foc, cu o lingură de lemn se omogenizează, se păstrează la frigider
Mărul lupului, este o **plantă toxică**. Administrată intern fără avizul medicului, utilizată extern nu prezintă pericol cu condiţia să fim atenţi la manipulare şi depozitare .Este cea mai veche plantă folosită ca medicament în Egiptul antic acum 5000de ani, numită iarba cobrei fiind singurul remediu.. Galii o foloseau pentru tumori şi a oricăror excrescenţe de pe corp În Spania se folosea de către cavaleri pentru tămăduirea rănilor,prevenirea infecţiilor. Englezii recomandau mestecarea a 2 frunze , pentru întărirea organismului la epidemii şi eliminarea abceselor dentare.. Avertizau asupra toxicităţii ei dacă este folosită mai mult de 3 săptămâni,dăunează rinichilor, vezicii urinare şi tubului digestiv.

Măr, struguri, afine; conţin polifenol (antioxidant) care ucide viruşii.

Mentusin; conţine lemn dulce, eucalipt, cimbru, coada şoricelului, indicat pentru tuse, bronşită, răguşeală, stări gripale.

Morcov; sucul conţine beta-caroten, potasiu şi substanţe anticanceroase, fiind cel mai important furnizor de vitamina A, conţine fier, în combaterea anemiei şi a tulburărilor de creştere, pentru intestine acţionează ca un regulator şi cicatrizant gastric, în tinereşte celulele şi stimulează funcţiile hepatice. Se consumă crud ras sau suc.

Omega 3 – 6 – 9; scade colesterolul şi trigliceridele, previne ateroscleroza şi HTA, creşte imunitatea, previne depresia, a scăderii capacităţii de atenţie şi a Alzeheimerului, afecţiuni dermatologice – eczeme, psoriazis acnee, tulburări premenstruale, crampe uterine. (produs de Mondopharm Corporation)

Oscillococcinum; un medicament homeopatic folosit în prevenirea şi vindecarea stărilor gripale. O singură doză pe săptămână pentru a preveni boala. La primele simptome ale bolii, se ia o doză, se repetă o dată sau de 2 ori la interval de 6 ore. Când se instalează gripa se ia o doză dimineaţa şi una seara timp de 3 zile.

Osteocicatrat – TR; unguent uz veterinar, conţine extract de rădăcină de tătănească şi rostopască, pentru afecţiunile oaselor: entorse, luxaţii. dureri articulare, accelerează formarea calusului osos. In reumatism articular, afecţiuni ale pielii, plăgi cutanate, produse de înţepături, tăiere, arsuri, degerături, ulcer varicos, eczeme greu vindecabile, papilomatoză. Produsul se aplică pe zona afectată, în strat subţire, cu ajutorul spatulei din ambalaj. Tratamentul se face timp de 4 – 5 zile, sau până la 14 zile în afecţiuni grave. Nu are contraindicaţii.

Osteocynesine; pentru fixarea şi metabolismul Ca, sugari, copii adolescenţi, femei însărcinate, fracturi, osteoporoză, se poate folosi şi în medicina veterinară.

Ovăz; hipotiroidă, fulgii de ovăz vor fi trecuţi pentru mult timp în dietă, suplimentar se va bea ceai din 7 linguri boabe fierte ½ oră în 1 litru apă, este recomandat **în astenie, surmenaj, somnolenţă, pietre la rinichi, impotenţă.**

Prodigest capsule; procesul digestiei, dureri abdominale, gastrită, paraziţi intestinali.

Păducel; frunzele şi florile sale culese primăvara au efecte tonice cardiacice puternice, dilată arterele inimii, reglează tensiunea arterială, calmează psihicul. Florile si frunzele se culeg, se usucă, se macină

cu râşniţa electrica, se administrează 1 linguriţă de pulbere pe stomacul gol, de 3 ori/zi. Durata tratamentului este de 1 lună, pentru prevenirea bolilor de inima şi de 3 luni pentru bolnavii cardiovasculari cronici. Cura are efecte bune în tratarea ischemiei cardiace, a ischemiei dureroase (anghina pectorală), sclerozei coronariene, arteriosclerozei. De asemenea pentru aritmii cardiace, hipertensiune sau tensiune oscilantă. Pentru cardiopatiile de origine diabetică se face un amestec de pulbere de păducel, anghinare, afin, în parţi egale, se ia 1 linguriţă rasă de 4 ori/zi, la orele 8, 12, 18, 22.

Pătrunjel; conţine mai multa vitamină C decât lặmâia, vitamina K, beta – caroten, magneziu ţi calciu. In antichitate, la început de varặ se mesteca pặtrunjel verde pentru a feri de insolaţie, infecţii digestive şi dureri de cap.Medicii din evul mediu susţineau cặ dặ imunitate la otrặvire ţi la intoxicaţiile lente de tot felul. Cercetặrile moderne aratặ o puternicặ acţiune la nivelul ficatului şi a splinei, precum şi asupra sistemului endocrin şi digestiv. Consumat crud, protejează plămânii şi căile respiratorii, ficatul, intestinul, rinichiul. Ameliorarea tumorilor cerebrale, reduce efectul nociv al alcoolului.

Pătlagina; rol hipotensor, este bună în ateroscleroză şi hipercolesterolemie, fiind un „detergent” al sistemului circulator.

Păpădia; atât frunzele şi rădăcina, sunt un excelent tonic circulator, cu acţiune în ateroscleroză.

Plantele amare; sunt considerate adevărate catalizatori ai organismului. De obicei se suprapune cura cu plante depurative, cu cele amare, pentru ca dezintoxicarea să fie mai puternică. Apoi plantele amare se pot lua şi în afara tratamentului de dezintoxicare, mai ales când există probleme cu ficatul, bila constipaţia.
Pelin; indicat în cura de purificare mai ales la persoanele cu trai sedentar. Se administrează sub formă de tinctură, se iau 3 linguriţe /zi diluate în puţină apă, de regulă câte 1 linguriţă înainte de masă, cura durează 2 săptămâni, urmată de o pauză de 10 zile, după care se poate relua tratamentul. Se respectă timpul de pauză.
Rostopasca; toxică, dar cu efecte asupra ficatului şi bilei foarte puternice, fiind drenor şi regenerator. Se ia sub formă de pulbere, 1 vârf de cuţit de 3 ori/zi., pe stomacul gol.
Bitter suedez; o ½ lingură - 1 lingură înainte de fiecare masă, puse în apă sau ceai.
De regulă depurativele se iau primele, cu ½ oră înainte de masă, în timp de plantele amare se iau cu 10 min. Efectul plantelor amare sa fie complet ele se mai iau încă o săptămână după ce s-a terminat tratamentul cu plantele depurative.
Plantele amare contribuie la stimularea şi reglarea imunităţii.
Pelinul remediu pentru compensarea efectelor sedentarismului şi atoniei digestive.
Rostopasca recomandată în dischinezie biliară, hepatită.
Bitter suedez spectru mult mai larg, datorită compoziţiei sale, stimulează digestia, recomandat pentru gastrită hipoacidă, indigestie.
Plantele amare nu pot fi folosite de persoanele slăbite, surmenate fizic sau psihic. Pelinul nu va fi folosit de gravide, de cele care suferă de gastrită.

Plante depurative; cu rol să facă curăţenie generală în organism, determinând eliminarea reziduurilor pe toate căile principale, transpiraţie, urină, fecale. Purificarea este atât de intensă, încât pot apărea fenomene neplăcute ca transpiraţie abundentă, urât mirositoare, urinare abundentă, erupţii, cu timpul dispar.
Trei fraţi pătraţi; pentru persoanele sensibile la bolile sezonului rece, mai ales la guturai şi bronşită, astmă, reumatism.. Se prepară un ceai din 2 - 3 linguri de plantă mărunţită intr-o jumătate de litru de apă plată. Planta se lasă la macerat la temperatura camerei, de seara până dimineaţa, când se filtrează. Maceratul se lasă, iar planta rămasă se opăreşte timp de ½ oră cu ½ litru de apă clocotită, apoi se filtrează şi se lasă la rece. Se combină maceratul cu extractul, iar preparatul va fi băut pe parcursul unei zile.
Boabele de ienupăr; eficient pentru persoanele care acumulează foarte multă apă în ţesuturi, care au probleme cu rinichii şi căile urinare. Se ia sub formă de tinctură, 1 linguriţă diluată în ½ pahar de apă, de 3 ori /zi. Într-un borcan cu apă 15 linguriţe de boabe de ienupăr măcinate cu râşniţa de cafea, după care se adaugă un pahar de alcool alimentar de 70, se închide borcanul ermetic şi se lasă la macerat timp de 10 zile, se filtrează.
Fructele de soc; cele mai puternice şi depurative. Se foloseşte tinctura obţinută din fructe proaspete.

Tinctura deblochează tranzitul intestinal, fiind de un ajutor pe termen lung persoanelor constipate sau cu o eliminare leneşă. Mobilizează toxinele din organism şi intensifică eliminarea lichidelor din corp prin diureză şi transpirație. Cel mai spectaculos efect al acestui remediu este reglarea rapidă a greutății corporale. Mai ales în sezonul rece, când Kilogramele se depun cu uşurință. Se administrează 1 - 2 linguri de tinctură pe zi, dimineața pe nemâncate. Pentru persoanele obeze se recomandă o schemă; în prima zi se ia 1 linguriță la ora 18; a 2-a zi se iau 2 lingurițe la aceeaşi oră ş,a.m.d., până în ziua a 7-a, când se ajunge la 7 lingurițe luate toate o dată. Se menține această doză 30 zile. Dozele progresive se iau pentru a nu crea un şoc tranzitului intestinal, care va fi foarte accelerat, la fel ca şi diureza.
O cură este determinată de gravitatea problemelor. Pentru oi persoană cu o viață echilibrată 2 săptămâni. Persoanele foarte sensibile la răceli 1 lună.
Această cură ne face să ne simțim mai uşori, proaspeți, capacitate de muncă sporită, somn odihnitor, o piele mai curată, mai strălucitoare, o rezistență fizică şi psihică mai bună.
Cura cu trei frați pătați, ajută la eliminarea bolilor respiratorii cronice (bronşita şi astmul) şi bolilor alergice.
Cura cu tinctură de ienupăr, măreşte imunitatea la nivelul rinichilor şi a vezicii, ceea ce duce la vindecarea cistitelor, nefritelor.
Cura cu tinctură de fructe de soc, elimină constipația şi ajută la scăderea în greutate.

Porumb;, **în obezitate**, mămăliga conferă senzația de sațietate, în **hipotiroidă**, sunt reduse efectele ca îngrăşarea, somnolența, lipsa de tonus fizic şi mintal. Măreşte secreția biliară şi grăbeşte golirea ei, **gastrita şi ulcerul** sunt ameliorate de mămăliga caldă, având efect de reducere a acidității.. Consumată frecvent ameliorează **diabetul, litiaza renală şi hepatita**

Reumador gel; tratarea afecțiunilor dureroase, inflamații oasteo-articulare, musculare, articulații dureroase, contuzii, entorse, luxații (piroxicam 0,5%)

Roinița; ulei eteric cu un miros puternic de lămâie (i se mai spune lămâiță) şi multă vitamină C. Se foloseşte ca antispasmodic, calmant, scăderea tensiunii, în migrene, insomnie, isterie, nevralgii, respirație greoaie, astmă, afecțiuni ale pielii, arterosclerozei. Decoctul şi infuzia în cazul durerilor menstruale.

Sfeclă; sursă de magneziu, beta-caroten, vitamina C şi E, potasiu şi acid folic.

Spasmocalm: calmează durerea în afecțiuni biliare, renale, gastrointestinale, colon iritabil, pancreatita, constipatie, meteorism, ginecologice, dureri menstruale

Substanțele nutritive din sucurile de fructe şi legume;
- beta-caroten - morcov, papaya
- acid folic - portocale, napi, brocoli
- vitamina B6 - napi, spanac, nap turcesc
- vitamina C - ardei gras, citrice, varză
- vitamina K - brocoli, nap, urzici, fragi, căpşuni
- calciu - nap, bok choy (varză chinezească)
- crom - măr, varză, ardei dulce
- mangan - varză de Bruxelles, varză
- potasiu - țelină, roşii
- seleniu - măr, usturoi
- zinc - morcov, ginger, mazăre verde

Talpa gaştei; actiune în afecțiunile de origine nervoasă, reducînd totodata şi tensiunea arterială.

Terapia cu petrol; petrol distilat între 100 - 120, timp de 6 săptămâni, dimineața 1 lingură, pe stomacul gol, cu o ½ de oră înainte de masă, 4 săptămâni pauză, apoi încă 4 săptămâni se ia câte 1 lingură de petrol dimineața, pe stomacul gol, cu ½ de oră înainte de masă.

Traista ciobanului; reglează tensiunea arterială.

Ţelină; substanţe anti-cancerigene, bogat în potasiu, sodiu, ajută la scăderea tensiunii, înlocuieşte pierderea de minerale şi lichide consumate în procesului de transpiraţie, disfuncţie sexuală. Se consumă sub formă de salată.

Unguent muguri de plop negru; (vezi fibrom), răni deschise, cicatrice inestetice, herpes, cancer de piele, hemoroizi, ulcer varicos, comprese cu tinctură, apoi crema(vezi fibrom), (Firma producătoare S.C. Dacia Plant S.)

Usturoi verde; anticanceros datorită substanţelor oxidante şi imuno-stimulatoare, reduce incidenţa cancerului pulmonar, esofagian (înlătură o parte din efectele negative ale fumatului),genital, intestinal şi pancreatic.

Usturoi; acţionează ca un antibiotic natural, subţiază sângele, reduce colesterolul.

Valeriana; recomandata pentru cei care sufera de boli de inima ce apar pe fondul stressului psihic, a epuizarii, insomniiei, pe fond emotional, furie, nervozitate, iritabilitate, anxietate, pentru femeile ajunse in pragul menopauzei.

Varza; calităţi curative în tratarea ulcerului, dar trebuie combinat cu tratament medicamentos adecvat.

Vâsc; actiune remarcabila in hipertensiunea arteriala, ateroscleroza si tulburari circulatorii.
Extraxtul de vâsc se găseşte la noi sub 2 forme: Iscador şi Isorel. Dintre cele 3 tipuri de isorel A, M si P numai primul este omologat. Este preparat şi administrat în doze homeopatiuce în produsul Iscador.în terapia cancerului.

Vita care; aloe Vera pentru constipaţie şi arsuri stomacale, ulcer gastric şi duodenal, în afecţiuni hepatice, antiinflamator şi antioxidant

Vitacaps; ulei din seminţe de in, colon iritabil, reglează tranzitul intestinal, scade colesterolul.

Vitamina B7 – biotina: hrăneşte pielea şi părul, se găseşte în drojdia de bbere, ficat, gălbenuş de ou, roşii, boabe soia, orez,nedecorticat, tărâţe, nuci, arahide, migdale, ciuperci, morcovi. Primele semne ale deficitului de buotină pot fi, oboseala, nervozitate, irascibilitate, probleme dermatologice, piele prea uuscată sau prea grasă, căderea părului, depresie, moleşeală, dureri musculare. Femeile au nevoie de 250 micrograme de B7 /zi. Bărbaţii de 300 micrograme / zi

Vitamina B 17; se administrează preventiv pentru tratarea cancerului, se găseşte în sânburii de caise, mere, piersici, prune.

Vitamina PP sau B 3; scade tensiunea arterială şi reduce colesterolul.

Zahăr invertit; 1 kg. zahăr alb, 450 ml. apă, 1 linguriţă acid citric, saqu tartric (sare de lămâie). Aceste ingredinte se pun la foc domol (nu direct) într-o oală emailată fără pete de rugină, timp de 10 min. Se amestecă cu o lingură de lemn şi se strînge spuna. In felul acesta se obţine un amestec de 2 monozaharide (glucoză şi fructoză), cu o putere dublă de îndulcire. Sporeşte capacitatea de asimilare a calciului îm intestin, combate şi vindecă rahitismul, provine formarea calculilor renali, dizolvă uraţii, nu este cancerigen ca zahărul alb.

Zincul; pentru senilitate se ia zinc şi magneziu, zincul acţionează mai bine în prezenţa vitaminei A.

BOLI

Agitaţie nervoasă; amestec din plante uscate de mentă, rădăcină de valeriană, conuri de hamei, luate în proporţie de 2 linguri din prima plantă şi câte una din celelalte. Peste 1 lingură de amestec se pun 400 ml. apă clocotită, se lasă la infuzat până se răceşte, se bea câte 200 ml. 2 ori/zi.

Alergie; tratament simptomatic cu PERITOL, antihistaminic foarte eficient şi cu efecte secundare

reduse. După investigarea alergiei şi stabilirea pe bază de teste dermatologice a alergenului, se face un tratament de desensibilizare (un vaccin). Clinica de alergologie din cadrul spitalului Dr. C. Davilla, Bucureşti, Calea Griviței nr. 7.

Alzheimer; la început se manifestă tulburările de memorie şi apoi cele de orientare spațială. Dezorientarea spațială este foarte importantă, deoarece se rătăceşte cu uşurință pe străzi şi chiar în propria casă. Are dificultăți în exprimare şi în a înțelege limbajul celorlalți îşi găseşte cu greu cuvintele. Cu timpul îşi pierde capacitatea de a face treburile obişnuite. Perioada terminală a bolii se caracterizează printr-o stare de demență profundă. Apare mutismul şi se instalează diverse semne neurologice.
Din cauza tulburărilor de tip demențial şi a agitației, bolnavii comit acte antisociale - agesiuni, atentate, viol, vagabondaj, părăsirea domiciliului. Sub influența unor persoane străine, cedează bunuri proprii, fac testamente. Din aceste motive se impune stabilirea de către o comisie de experți, punerea bolnavului sub interdicție. Specialiştii spun că sechelele rămase după o lungă internare în spitalele de psihiatrie şi pierderea suportului familial accelerează în mod incontestabil degradarea mentală a vârstnicilor.
Nu există o rețetă unică de tratament al bolilor psihice. Scopul tratamentului medicamentos şi psihosocial, este de a interveni cu medicamente care pun în repaus scoarța cerebrală, fie prin psihoterapie, stimularea autocontrolului prin explicații logice şi perseverente. Instituirea precoce a tratamentului este esențială pentru o bună recuperare, o dată diagnosticată depresia se vindecă 80% din cazuri, iar pacienții îşi reiau activitatea, obținând rezultate la fel de bune ca înainte de boală. Tratamentul se face cu o gamă largă de medicamente antidepresive şi psihoterapie.
Exercițiile fizice şi intelectuale împiedică evoluția Alzheimer şi prelungesc viața persoanelor diagnosticate. Medicamentele întârzie progresul bolii. De asemenea se recomandă supravegherea tensiunii arteriale şi stabilirea unei alimentații bogate în seleniu şi vitamina C.

Anemie; ceai de angelică cu lăptişor de matcă şi untură de peşte în părți egale.
Sau pulbere de cătină, 1 linguriță de 3 ori/zi, în cură de o lună.(vezi, medicamente…)

Anemie feriprivă; cătină albă, teci de fasole fără semințe, urzică, țintaură, coada şoricelului, doar tecile se fierb 3 min. restul plantelor se infuzează 10 min. La 250 ml. apă
fiartă se pune 1 linguriță plante, se beau 3 căni/zi cu ½ oră înaintea mesei. Ceaiul se poate îndulci cu miere de mană, care conține fier de 4 ori mai mult decât cea deschisă la culoare. Suc de sfeclă roşie, zilnic ½ pahar, numai după micul dejun şi cină timp de 3 luni.

Boli infecțioase recidivate; pătrunjel verde tăiat fin amestecat cu ceapă, suc de lămâie şi eventual câteva roşii, este folosit ca salată, pentru cei care au infecții. Acest remediu, activează sistemul imunitar ți combate foarte multe specii de bacterii şi ciuperci parazite.
Preventiv, dimineața, la micul dejun, pe o felie de pâine unsa cu ulei de măsline, presărată din abundență cu pătrunjel tăiat, dacă se poate se pune şi un cățel de usturoi.

Atac de panică; infuzie de lavandă 1 linguriță la o cană de apă clocotită, se beau 2 căni/zi, una dimineața şi una seara. Sau tinctură de lavandă de 2 ori/zi 15 – 20 pic. Neapărat se iau suplimente de Ca şi Mg, 10 zile/lună, 3 luni consecutiv.

Carența de:
Vitamina B3; afectează pielea, sistemul digestiv şi nervos. Aportul mărit de vitamină , reduce riscul de a face cancer oral şi esofagian. Medicii recomandă suplimente de vitamină când este vorba de acnee, dislipidemie (grăsimi în sânge), osteoartrită, schizofrenie, cataractă, diabet, hipotiroidism, hipoglicemie, dermatite .Alunele, drojdia de bere, peşte (ton, somon), pui, curcan, conțin vitamina B3. O creştere prea mare de vitamină B3 în organism v-a da reacții neplăcute ca diaree, gastrită, probleme la ficat, ochi, creşte acidul uric (guta).

Vitamina B5; numită acidul pantotenic, ia parte la o serie întreagă de procese, reacții ce mențin viața, cu extragerea elementelor valoroase din hrană şi în procesarea grăsimilor. Reglează colesterolul, transmite impulsurile nervoase de la şi spre creier, activează producția de hormoni a glandelor suprarenale. Ungerea rănilor cu unguente care conțin vitamină B5 va duce la vindecarea lor mai rapidă.

Este recomandată pentru reducerea colesterolului şi trigliceridelor, tratamentul artritei reumatoide, acnee, maladiei Alzheimer. Ficatul, rinichii, drojdia de bere, gălbenuşul, peştele gras, laptele, ciupercile, spanacul, mazărea, fasolea, conțin vitamină B5, dar apar probleme pentru că este foarte perisabilă datorită preparării acestor produse. Şi alimentele conservate sau congelate îşi reduc conținutul de vitamine. Carența de vitamină B5 apare la alcoolici şi femeile care iau anticoncepționale cu concentrație mare de estrogen şi progesteron. Apar insomnii. Dureri de cap, oboseală, tulburări intestinale, furnicături, ficatul nu mai face față la eliminarea toxinelor, tulburări ale glandelor suprarenale. Se suplimentează cu complexul B.

Vitamina B6; esențială în formarea şi funcționarea celulelor roşii, în metabolism. Este catalizatorul reacțiilor chimice ce au loc în organism, procesează aminoacizii, necesari dezvoltării, menținerii şi reparării țesutului. La nivelul sistemului nervos sintetizează substanțe, prin care se realizează transmiterea impulsului nervos. Favorizează sau inhibă formarea hormonilor steroizi - estrogen şi testosteron. Cea mai bună sursă de vitamine sunt cartofii, bananele, ficatul, carnea de pui, curcan, somonul, tonul, spanacul, lintea, alunele, nucile, cerealele integrale. Nu trebuie depăşită o doză de 200 mg.

Vitamina B12; vegetarienii prezintă un deficit major, fiind predispuşi bolilor cardiovasculare. Ameliorează stările depresive, anemia, previne leziunile pre-canceroase ale plămânului, menține fertilitatea, dezvoltarea capacității intelectuale. Peştele, carnea ouăle sunt principala sursă de vitamină B12. În sângele vegetarienilor se găseşte o substanță - homocisteină prezentă în exces, antrenată în metabolismul proteinelor. Nivelul ei este reglat de vitaminele B12, B9, B6, dar vegetarienii duc lipsă de aceste vitamine, substanța se acumulează în sânge care devine toxic pentru multe celule. Totodată sunt dispuşi la boli cardiovasculare. Suplimentează cu vitamină B12 asociată cu B9.

Vitamina C; un nivel ridicat reduce riscurile unui atac cerebral. Se găseşte în varză, mure, zmeură, conopidă, cartofi, ardei. Este eficientă pentru persoanele hipertensive, consumatoare de alcool, fumătoare sau sedentare, expuse pericolului unui atac. Apără organismul de infecții, cancer şi diabet. Are un rol important în timpul sarcinii. Globulele albe, ar trebui să aibă un nivel ridicat de vitamină C, le accelerează mobilitatea în cazul unui atac bacterian. Barieră împotriva viruşilor, elimină excesul de colesterol, reduce intensitatea alergiilor. Contribuie la dezintoxicarea organismului de unele metale toxice, plumb, nichel.

Vitamina D; menține nivelul ridicat al calciului în sânge şi păstrează masa osoasă şi dantura. Are rol de a mări absorția de calciu din alimente şi să diminueze pierderea lui prin urină. Antioxidant reducând riscul îmbolnăvirii de cancer, echilibrează nivelul de insulină din sânge. Un aliat împotriva osteoporozei şi ca tratament şi preventiv, pentru copii rahitici, fibroză cistică, depresie, diabet, vitiligo, cancer la sân şi colon, scleroză multiplă, Parkinson. Pe timpul iernii pentru că lumina solară este mai slabă se recomandă să luăm vitamina D. Cei mai mulți dintre noi obținem vitamina D prin expunerea la soare, fiind sintetizată de razele solare, din anumite substanțe din piele. Nu este suficient să ieşim afară, ci trebuie să ne expunem toată pielea la soare. Dacă stăm câte 15 min. la soare, de 3 ori/săptămână este suficient. Cele mai bune surse sânt untura de peşte gras (ton, somon, macrou, sardine), produse de lapte, gălbenuşul, drojdia de bere.

Celulita; se face o saltă din frunze de pătrunjel, tăiat foarte fin, cu suc de lămâie, puțin ulei, o roşie tăiată, se consumă cu 2 felii de pâine prăjită, înainte de masa de dimineață şi de seară.

Chist pe burtă; pe toată suprafața se pune slănină, tăiată în felii subțiri (slănină de casă), se pune pe o burtieră , să stea cât mai strâns, timp de o săptămână. Dacă chistul are puroi, slănina grăbeşte colectarea lui, făcându-i loc să iasă. Se pune slănină încă 2 - 3 zile până la vindecare. Dacă nu are puroi, în 2 - 3 zile se micşorează, apoi dispare.

Climax; ceai de traista ciobanului, 1 cană dimineața şi 1 cană seara, (reglează tensiunea şi un adjuvant în cazul tensiunii oscilante), ceai de păducel (echilibrează sistemul neurovegetativ)

Colagenoza; siliciul conținut de coada calului, este un mineral esențial în producerea de colagen – un adeziv corporal ce menține unite țesuturile musculare cu pielea - 4 g de pulbere/zi, susținut de regim

vegetarian duce la ameliorarea bolii.

Diabet; cercetători americani au studiat pe 1 loturi de 200 voluntari, toți având părinți diabetici, efectele înlocuirii totale a zahărului cu miere. Rezultatele au fost uluitoare, după 20 de ani, rata îmbolnăvirii de diabet este 0, pentru cei ce au consumat numai miere, în timp ce lotul martor 40% are diabet de diferite grade.
Cromul reduce pofta de dulce.

Dislipidemie; pentru reducerea colesterolului, se iau 2 mere mari şi o felie de țelină (100 - 150 g), se rad, se consumă pe stomacul gol dimineața timp de 30 zile.

Guturai, gripa; vezi plămân, bronşite.

Hipercolesterolemie; cu 30 min. înainte de masă se înghite de 3 ori/zi 1 linguriță cu boabe de muştar auriu cu apă nemestecate, timp de 3 - 4 luni.

Leucemie; câte o lingură din fiecare cereală, porumb, grâu, ovăz, secara, mei, cu 2 litri apă, se fierbe până rămâne 1 litru. Se beau 2-3 pahare pe zi..

Mastoză chistică si fibroadenom;
- dezintoxicarea organismului- 1 cană cu apă clocotită de seara se bea dimineața pe stomacul gol .
- după o ½ ora drojdie de bere cât o nucă şi 2 linguri tărâțe de grâu înmuiate în lapte sau iaurt.
- regim lacto-vegetarian, carne pasare, zahărul înlocuit cu miere şi oțetul cu lămâie.
- seara pe sân se pun foi de varză zdrobite cu sticla.
- în timpul zilei, ceara de albine dată pe răzătoarea mare, se amestecă cu pelin verde sau uscat, se pune într-un sac de tifon, se udă cu tescovină, se poartă în sutien. Se foloseşte timp de 5-6 zile, apoi se face altă porție. Locul se va unge cu gălbenele şi Carpicon, apoi compresă cu tinctură de propolis şi bitter suedez
- vitamina E capsule gelatinoase 15 zile timp de 3 luni la 5 zile după ciclu
- ceai înainte de masă - frasin frunze 1og, sovârf 3og, gălbenele ,1og. mușețel, 2og, urzică 2og.

Obezitate; înainte de fiecare masă se consumă 1 pahar de macerat călduț din semințe de in (2 lingurițe de semințe de in, se pun într-un pahar de apă şi se lasă 2 ore, la temperatura camerei, se bea ca atare). În stomac se va produce o senzație de sațietate, care va reduce pofta de mâncare şi vor accelera procesele de eliminare. Sau
Cura de mare intensitate de struguri; timp de 3 zile se consumă progresiv ½ Kg. struguri în 1 zi, 1 Kg. în a 2 zi, 1,5 Kg. în a 3 zi. După cele 3 zile de obişnuință a digestiei şi metabolismului cu strugurii, urmează 5 zile (dacă vreți să slăbiți drastic, pot fi şi 10 zile) în care se consumă numai struguri, ca atare sau suc. În fiecare zi se consumă 1,5 Kg. struguri, sau 1,2 litri suc. După ultima zi de cură se obişnuieşte gradat cu alimentele normale, consumând mai întâi infuzii de plante cu miere şi alimente uşoare (supe de legume, cartofi fierți), ajungând în 3 - 4 zile la alimentație normală. Are efect de dezintoxicare a organismului de toxine, reglează metabolismul, întăreşte sistemul cardiovascular, curăță şi înfrumusețează pielea şi tenul, îi dă strălucire şi îl catifelează, combate acnea, vindecă dermatozele, iar surplusul de greutate este cu uşurință eliminat.
Cura de intensitate medie de struguri; timp de 2 săptămâni, nu se consumă decât struguri, 1,5 - 3 kg./zi. Ziua de cură se începe la ora 0 şi se termină la ora 0, între zile este bine să nu fie pauză mare, repausul de 1 zi între ele este suficient (vineri şi duminică , când programul este mai lejer). Cura de 2 zile pe săptămână, trebuie ținută o lună. În acest timp organismul va cere alimente mai uşoare şi mai bogate în vitamine şi minerale, fructe, legume, lactate), care ajută la slăbit armonios. În cazul în care apar probleme, diaree, balonări, crampe, în ziua de cură se poate consuma în cantități mici de ceai de chimen sau mentă, neândulcit. La ieşirea din cură introduceți pâine prăjită, orez, aperitive uscate. Ca efect, scăderea în greutate nu este foarte spectaculoasă, dar dacă în zilele de cură, se menține o alimentație fără suplimente între mese, uşoară fără prăjeli, carne, dulciuri suculente, se pierde în greutate 1 - 3 Kg. pe săptămână.
Cura în variantă blândă de struguri; se pot consuma şi alte alimente, cantitatea de struguri se creşte gradat: 1 zi se consumă ½ Kg. de struguri, repartizați câte 1 ciorchine înainte de fiecare masă. A 2 zi se va consuma 1 Kg. de struguri, repartizați înainte de mesele principale. Cantitatea de struguri se măreşte

în fiecare zi cu câte 1 Kg. încât în a 6 zi se ajunge la 3 Kg., repartizați la cele 3 mese principale, timp de 7, 8, 9 zile, apoi se trece la alimentația normală. Între mese nu se consumă nimic şi se iau la ore fixe. Cura se poate repeta după 3 zile de pauză. Are ca efect, scăderea în greutate în mod lent, dar sigură dacă nu se fac abuzuri. Fiind bogați în zaharuri, sunt uşor asimilabili, elimină stările de slăbiciune, echilibrare a sistemului nervos, eliminând nevoia maladivă de a mânca mereu.
O ½ pahar de suc din frunze de țelină, băut înainte de masă cu 20 min., are efect de inhibare a apetitului alimentar. Efectul diuretic al țelinei provoacă eliminarea apei din țesuturi, ducând la scăderea în greutate. Se mai adaugă efectele de reglare a activității glandelor care produc în organism cortizonul numit şi hormonul de stres, care când este în exces dă pielii aspectul de pufos neplăcut.

Otrăvirea; apa sărată, se bea o anumită cantitate, cât mai repede, pentru a produce voma şi de a scăpa de efectul nociv al otrăvii.

Pojar; se fierb 200 g. morcov într-un litru de apă, se pasează, se adaugă miere după gust şi se bea de 3 ori/zi din acest terci.

Priapism; este provocat de o drenare insuficientă a sângelui din corpii cavernoşi, având cauze medicamentoase, psihologice sau afecțiuni renale. Dimineața se iau 2 - 3 lingurițe de miere amestecate cu 2 fiole de lăptişor de matcă liofilizată, sau 6 capsule de lăptişor de matcă, toată ziua se bea 1 litru de apă în care se pun 15 lingurițe oțet de mere şi îndulcit cu miere., local se unge cu alifie de gălbenele amestecată cu 8 - 10 capsule de lăptişor de marcă. Acestea stopează fibrozarea corpilor cavernoşi, care devin elastici, făcând posibilă drenarea.

Răceală; remediu sudorific, amestec din flori uscate de tei, zmeur, în cantități egale , peste 1 lingură de amestec se toarnă 200 ml. apă clocotită, se infuzează 15 min., se bea fierbinte, câte 100 ml. de 3 - 4 ori/zi

Scleroză multiplă; tratament cu produse de la Natura Medica (Vasile Popa), MULTIFRUCT TOTAL FORTE, HERCULES, PROTEINVEG 1, regim adecvat, ceaiuri, băi de plante cu coada calului, coada şoricelului, cimbru şi masaje.

Scleroza în plăci; frunze zdrobite de brânca ursului se aplică pe coloană timp de 3 - 4 ore/zi. Tratamentul se face în timpul verii când planta este verde, în timpul iernii se face masaj cu ulei din brânca ursului (10 linguri pulbere de plantă uscată (vezi frigiditate),se pun în ½ litru de ulei din floarea soarelui, se lasă la macerat timp de 3 săptămâni. Filtratul se păstrează în sticluțe închise la culoare.(vezi epilepsia)
Se poate stopa din evoluție prin apifitoterapie, cu venin de albine, precedat şi însoțit de o cură pe bază de plante. Tratamentul cu venin se face sub supraveghere medicală şi cu scheme terapeutice individualizate – Dr. Cristina Aoşan 0788411941.

Spasmofilie; 1 cană de grâu se pune la fiert cu 4 căni de apă, se lasă până rămâne o cană de zeamă, care se consumă numai pe stomacul gol joia dimineața. Boabele fierte se pot consuma amestecate cu mere sau nuci. Este un tratament de durată.
30 ouă de găină se introduc într-un vas de 5Kg., se pune zeama de la 6Kg. lămâi . După o săptămână se scot pielițele de la ouă şi conținutul se freacă bine, apoi se adaugă 2Kg. miere de luna mai. Cura se face primăvara şi toamna, se consumă 75g de 3ori/zi înainte de masă cu 10 - 15 min

Tulburări psihice, hormonale, hiperexcitabilitate sexuală; regim vegetarian şi consumul a 200 g. semințe de dovleac, neprelucrate termic, cu rol de calmant psihic, reduce excitabilitatea şi redobândeşte calmul şi liniştea.
Administrarea regulată a cătinii, măreşte în timp nivelul de serotonină din creier, inducând o stare de curaj, calm, foarte util celor care au depresii, sau stări de tensiune. Creşterea serotoninei micşorează numărul recidivelor bolilor psihice, al sinuciderilor. Se fac cure îndelungate de 6 luni, cu pulbere de cătină (vezi medicamente…) 1 linguriță de 3 ori/zi.

Tumori canceroase; dietă vegetariană, pulbere de muguri plop negru, 1 linguriță rasă, de 4 ori/zi pe stomacul gol, timp de 3 luni.

Pulbere de rădăcină de măcriş 1 linguriță de 4 ori/zi. Conține anumite substanțe imuno-stimulatoare , care mobilizează organismul să elimine formațiunile tumorale **(tratament şi pentru tumori benigne**

DIVERSE

Acarieni; se aeriseşte locuința zilnic, se aspiră des, nu se lasă praful să se adune pe mobilă.

Apa Pi; filtrată fizic, apă pură care fierbe la mai puțin de 100C şi îngheață la -1 grad.

Apa de băut: pentru a vedea dacă este bună, se pune într-o sticlă curată apa, o linguriță de zahăr se amestecă şi se lasă câteva zile în loc cald. Dacă după acest timp apa devine tulbure, lăptoasă atunci nu este bună.

Arama; obiectele devin ca noi dacă sunt spălate în zeamă de varză fierbinte şi apoi frecate cu cenuşă.

Ață; când se înoadă sau se rupe, se trece de 2 ori printr-o bucățică de ceară.

Climax; ceai de traista ciobanului, 1 cană dimineața şi 1 cană seara, (reglează tensiunea şi un adjuvant în cazul tensiunii oscilante), ceai de păducel (echilibrează sistemul neurovegetativ)

Extractul de tiroidă; glanda tiroidă reglează metabolismul prin secreția de hormoni, care controlează producerea de energie în toate celulele corpului. Administrarea extractului ajută celulele să elimine reziduurile şi le accelerează funcția de regenerare. Sănătatea tiroidei este o premisă importantă pentru un sistem imunitar sănătos.

Extractul de timus; de vițel, este eficient pentru restabilirea şi intensificarea funcției sistemului imunitar şi îmbunătățirea activității timusului în urma administrării extractului. Sunt o soluție pentru infecțiile virale cronice. Tratamentul desfăşurat pe parcursul unui an, a dus la reducerea numărului infecțiilor respiratorii şi întărirea sistemului imunitar. Extractul duce la normalizarea raportului dintre celulele T helper şi celulele supresoare dacă acesta este prea scăzut, ca în cazul cancerului şi SIDA, sau ridicat ca în cazul alergiilor sau artritei reumatoide.

Extractul de splină; de bovine, folosite în tratarea bolilor infecțioase şi întărirea sistemului imunitar. Are un rol important după extirparea splinei, preîntâmpinând infecțiile bacteriene, în tratarea numărului scăzut de leucocite, precum şi ca adjuvant în terapia cancerului.

Furnici; se pune în calea lor o felie de lămâie mucegăită, zaț de cafea sau vase cu apă şi oțet.

Lavanda; condiment; lavandă cu cimbru (1:5), mâncărurile vor căpăta o aroma deosebită, gust rafinat şi digestie uşoară.
Împotriva moliilor; săculețe cu lavandă în dulapul cu haine, zilnic conținutul lor se freacă între palme pentru a degaja mai mult ulei volatil.
Furnicile, puricii, gândacii; fug de mirosul de lavandă, se face un amestec din 10 pic. ulei lavandă cu 6 linguri apă şi se stropeşte prin casă.
Miros neplăcut în casă; 10 pic. ulei de lavandă cu 10 pic. ulei de mentă, se şterge cu acest amestec pe jos, sau zonele care miros urât. Se evită suprafețele lăcuite, pot fi atacate de acest amestec

Luna de naştere, determină destinul şi sănătatea; martie, risc în ce priveşte angina pectorală, arterioscleroza, infarctul şi atacul cerebral. Motivul deficitul nutritiv condiționat de lunile de iarnă. Se acordă o mare atenție alimentației,, corecte, bogate în vitamine şi mişcare.
Cei năsuți în lunile iulie şi sfârşitul lunii octombrie trebuie să pună mare preț pe îngrijirea danturii şi pe asimilarea de calciu.
Cei născuți între decembrie şi aprilie, prezintă un factor de risc în formarea tumorilor, de aceea ar trebui să ducă o viață sănătoasă. Predispoziția la cancer este legată de o asimilare deficitară a vitaminei A

Moliile; boabele de piper, firele de tutun şi camforul le alungă

Coaje sau ulei aromat de cedru, rămurele mici de tuia, coji de lămâie uscate, semințe de morcov..

Muşte ; o lămâie sau o portocală, înțepate cu cuişoare aromate, sau castronele cu oțet fierbinte.

Razele telurice; contactul razelor cosmice cu substanțele de la suprafața pământului.
Plantele care absorb emanațiile razelor: căpşunile, traista ciobanului, mătrăguna, urzica, vâscul. Sub pat se pune urzica sau feriga.
Plantele care ne apăra de radiații:
- lichen de piatra - o pernița pe abdomen (monitoare, calculator, aparate electrice)
- ceai negru - 1 linguriță la un pahar de apă, la macerat 6 ore, se beau 2 - 3 pahare pe zi (radiațiile deşeurilor nucleare, calculatoare, telefon mobil).
- polen de albine 1 linguriță cu 1 pahar de ceai negru, de 3 ori pe zi.
- ulei de cătina - extern crema, intern 30 picături de 2 ori pe zi

Sunete medicament - Platon muzica sferelor

- chitara -	- inima	orele 11 - 13
- harpa	- plămân	3 - 5
- flaut	- ficat	1 - 3
- oboi	- vezica biliara	23 - 1
- trompeta	- pancreas	9 - 11
- pian, orga, clavecin	- stomac	7 - 9
- vioara	- intestin subțire	13 - 15
- muzicuța	- intestin gros	5 - 7
- saxofon	- rinichi	17 - 19
- toba	- coloana vertebrala	15 - 17

Zodiac - leu , mi, mi major
- fecioară, fa, fa major
- săgetător, sol diez sau la bemol
- peşti, si, si majo

Horoscopul druizilor - leu - cedru
- peşte - salcie
- săgetător - frasin

Sebastian Kneipp;.(1821-1897) cunoscut pentru procedeele de vindecare cu apă, sfaturi legate de plante, alimentație, mişcare, terapia ordinii, care propovăduieşte simplitatea şi cumpătarea.

Țânțarii; cum ne apărăm, vitamina B1 în doze mari, haine deschise, cele închise la culoare îi atrag, nu folosiți parfumuri, plantați în ghivece busuioc, lumânări parfumate cu miros de lămâie, sau ulei aromat de lămâie amestecat cu apă. Se prepară un amestec din 100 ml. ulei de măsline, cu 30 pic. ulei de mentă, geranium sau eucalipt.
Se pune pe pervazul ferestrei ghivece cu muşcate sau busuioc, sau în casâ farfurii cu terebentină sau amoniac.